

Natalia Tăutu-Stănescu



# Cămara iernii

**Păstrarea și conservarea  
fructelor în gospodărie**

Vol. I

Redactor : Iulia Cheșu  
Tehnoredactor : Steliana Porțianu  
Copertă : Kalab Francisc



EDITURA CERES  
București, 1989

După ce s-a terminat sterilizarea a doua, se dă jos cazanul și când apa s-a mai răcit, se scot borcanele pe o masă, la îndăpăst de curent și se acoperă cu o pătură groasă de lână. A doua zi, când s-au răcit bine, borcanele se controlează dacă sînt ermetice închise și se așază pe rafturi, în cămară sau în pivniță.

Sterilizarea se mai poate face și în felul următor: se așază borcanele într-o tavă pe care a fost pusă mai întâi o cîrpă groasă, uscată. Se acoperă borcanele cu o cîrpă udă, bine stoarsă și se introduce tava în cuptor, întâi la foc potrivit, iar după cîteva minute se face focul mic și se ține timp de 30 minute. Se scoate tava, se înfășoară borcanele în pături groase și se lasă pînă ce se răcesc complet, după care se pun la păstrat.

Înainte de a pune conservele la păstrat, se controlează fiecare borcan sau sticlă în parte. În cazul în care celofanul s-a spart sau borcanul nu a fost bine închis din diferite cauze, se desface, se schimbă celofanul, se închide din nou după indicațiile date și se sterilizează încă o dată 5-10 minute.

Pentru reușita conservelor dumneavoastră trebuie să rețineți: curățatul legumelor, opărlirea, așezarea în borcane, închiderea lor, la fel și prima sterilizare să se execute în aceeași zi. Dacă aceste operații succesive se fac pe rînd, în mai multe zile, conservele nu reușesc așa de bine și de multe ori, mai ales cînd sînt călduri mari, se pot chiar altera. Pentru acest motiv, este bine să se facă conserve în cantități mai mici, ca să se poată termina într-o singură zi tot procesul tehnologic de preparare.

## CONSERVAREA LEGUMELOR PRIN USCARE

Constituie cea mai veche metodă de conservare, care se folosește însă cu bune rezultate și în zilele noastre. Prin uscare, legumele își păstrează în mare parte gustul, aroma, valoarea nutritivă și uneori chiar culoarea lor naturală. Această metodă se bazează pe eliminarea unei părți însemnate din apa conținută în legumele proaspete. Datorită procentului scăzut de apă, în legumele uscate nu se pot dezvolta microorganisme dăunătoare. Legumele se pot pune la uscat ca atare, dar mai recomandabil este să fie în prealabil opărite cu apă sau numai aburite, operație cunoscută și sub denumirea de blanșare. Aburirea este mai indicată la unele legume, întrucît se păstrează mai bine sărurile minerale și unele vitamine care nu rezistă la temperaturi mai ridicate. Pentru aburire, se așază pe foc o oală cu apă ușor sărată, 1-2%, plină pînă la 6-8 cm din înălțimea vasului. Cînd apa începe să fiarbă, se introduc legumele legate într-un tifon (fig. 5) și se acoperă vasul cu un capac. Apa din oală nu trebuie să ajungă la legume, care se opăresc numai în aburul pînă ce se înmoaie pe jumătate.

Opărlirea se face de regulă tot cu apă clocotită, ușor sărată, circa 10-20 g sare la



1 litru de apă (1-2%), în care legumele se țin câteva minute (3-8') în funcție de produs (fig. 4).

Legumele, opărite sau aburite, se pot usca afară la soare sau în bucătărie, așezând pe mașina fierbinte, cu focul foarte mic sau chiar stins, un schelet de scinduri fixat pe cărămizi, sau în cuptorul aragazului, precum și în uscătorii special construite. Verdețurile se păstrează foarte bine prin uscare păstrându-și intactă aroma specifică, cu excepția măruntului care se conservă mai bine în sare. Se usucă în încăperi bine aerisite, întunecoase sau în aer liber, dar numai la umbră pentru a-și păstra culoarea verde. Verdețurile, de regulă,



Fig. 15 — Uscarea legumelor la soare, pe plase simple sau suprapuse, fixate pe un cadru

nu se aburesc și nici nu se opăresc înainte de a fi puse la uscat.

Legumele care se pot păstra prin uscare sînt următoarele: fasole grasă, țucără sau verde, mazărea, ardei grași, ciupercile, pătlăgelele vinete, minătâncile, zarzavatul de supă, verdețurile etc. Iarna, înainte de a prepara diferite mîncăruri din legume uscate, acestea vor fi introduse într-un vas cu apă caldă unde se vor ține 10-15 minute, pînă se înmoaie și își iau apa pe care au pierdut-o (se hidratizează).

### Fasole păstăi uscată

Se aleg păstăile proaspete, tinere, cu boabe mici și sănătoase, se curată, se îndepărtează ațele, se spală bine și se așază într-o strecurătoare mai mare ca să se scurgă. Cînd s-a scurs toată apa, se leagă într-un tifon, care se introduce într-o oală cu apă clocotită și sărată, unde se țin 3-4 minute. Cantitatea de sare necesară este de 65 g la 5 litri apă. Fasolea este bine opărită atunci cînd îndoind o păstăie, nu se rupe. După ce a fost opărită, se introduce imediat într-un vas cu apă rece unde se ține 3-5 minute, după care se scoate pe o strecurătoare smălțuită sau pe o sită și se lasă să se scurgă. Se pune apoi la uscat la soare sau deasupra mașinii de gătit, pe un schelet de scinduri peste care s-a întins o pînză rară sau un tifon. Păstăile se așază răsfireate, ca să se usuce bine.

Dacă se usucă o cantitate mai mică, se înșiră păstăile verzi pe sfori, în șiruri potrivite de mari, se aburesc sau se opăresc

oă mai sus, după care se clătesc cu apă rece. Șirurile se atîrnă afară, la aer și soare. Fasolea trebuie strînsă numai atunci cînd este foarte bine uscată, căci altfel mucegăiește. Pentru acest motiv este necesar să se întoarcă păstăile, pentru a se usca bine pe toate părțile. Această operație trebuie să se facă de cîteva ori pe zi pînă cînd păstăile sînt bine uscate.

### **Mazărea boabe uscată**

Se alege mazărea proaspătă, cu boabele neîntărite, mici. Se scot boabele din păstăi, se leagă într-un tifon și se aburesc sau se opăresc în apă sărată (1-2%) care clocotește, unde se țin 4-6 minute. În timpul fierberii se înlătură spuma ce se formează la suprafața apei, cu o lingură specială cu găuri. Se scoate și se așază pe o sită ca să se scurgă bine, fără a se mai clăti în apă rece. Cînd s-a scurs toată apa, se răstoarnă pe un schelet de scinduri peste care s-a întins o pînză rară sau un tifon, foarte curat și se dă afară la aer și soare sau se pune deasupra mașinii de gătit. Boabele se așază într-un singur strat și se întorc de două-trei ori pe zi, pentru a se usca pe toate părțile. Se strîng cînd sînt foarte bine uscate.

### **Rădăcini de morcovi, țelină, pătrunjel și păstîrnac uscate**

Rădăcinile se curăță, se spală și se tale în felii subțiri, care se opăresc în apă clocotită, ușor sărată (1-2%), unde se țin 6-8 minute. Se scot, se scurg bine de apă

și se pun la uscat procedînd ca la celelalte legume. Cînd sînt foarte bine uscate, se strîng și se pun în pungi care se păstrează în cămară.

Fiecare rădăcină se opărește și se usucă separat. Păstrarea se face tot în pungi separate, pentru a putea fi folosite în proporția dorită la prepararea mîncărilor.

### **Ardei grași uscați**

Se alege ardei verzi sau roșii, nu prea mari, dar foarte proaspeți. Se curăță, tăind în jurul codiței un căpăcel, se scot cotoarele, se galesc ardeli de semințe, apoi se spală și se așază pe o sită cu gura în jos pentru a se scurge bine apa. Se opăresc în apă clocotită sărată (65 g sare la 5 litri apă) unde se țin 3-4 minute, după care se scot, se clătesc în apă rece și se pun la aer, la uscat. În timpul zilei se întorc de cîteva ori pe toate părțile, ca să se usuce bine. Acești ardei se folosesc pentru umplut. Pentru supe, ciorbe, ghiveci sau alte mîncăruri, ardeli se opăresc întregi, fără a scoate cotorul și semințele, după care se înșiră pe o sfoară, înainte de a fi opăriți, ardeli se recomandă să fie verificați, pentru a înlătura pe cei care sînt prea luți. Ardeli se strîng și se pun la păstrat numai cînd sînt foarte bine uscați.

Ardeli grași se mai pot usca și tăiați în șuvițe, astfel: se alege ardeli, se îndepărtează codițele și semințele, apoi se spală și se lasă să se scurgă pe o strecurătoare. Cînd sînt bine zvîntați, se tale în șuvițe subțiri, se opăresc în apă clocotită cu sare și se usucă, procedînd întocmai ca și la



celelalte legume uscate (fasole, rădăci-noase). Ardeli astfel uscați se folosesc la supe, ciorbe, tocăniță etc.

### **Zarzavat uscat pentru supe și ciorbe**

Se curăță morcovul, păstîrnacul, pătrunjelul și țelina, se spală bine, se lasă să se scurgă și se taie fideluță ca pentru ciorbă. În cazul cînd acest zarzavat se pregătește pentru uscat, amestecat, trebuie ținut seama în ce proporție se asociază. Astfel, morcovii trebuie să fie în cantitate dublă față de pătrunjel și păstîrnac, iar țelina jumătate din cantitatea totală, păstrînd proporția în care se folosesc de regulă aceste legume, în stare proaspătă, la supe și ciorbe sau după dorința fiecărei gospodine. În continuare se procedează ca la rețeta precedentă.

### **Ciuperci uscate**

Modalitatea cea mai indicată de conservare a ciupercilor pentru iarnă, utilizată atît pentru cantități mai mari cît și în gospodărie, pentru cantități mai mici, este uscarea lor. Acest procedeu se poate aplica atît la ciupercile de cultură cît și la cele recoltate din păduri și livezi (bureți). Ciupercile mai mari se pot tăia felii, iar cele mai mici se usucă întregi. Uscarea se face de regulă la soare, ciupercile fiind așezate pe site sau înșirate pe ață.

Se aleg ciuperci tinere, proaspăt culese și sănătoase. Se îndepărtează codițele și se

șterg bine cu o cîrpă uscată și foarte curată. Dacă nu avem ciuperci suficiente, putem usca și codițele. Ciupercile nu se spală înainte de a fi puse la uscat, deoarece se zvîntă foarte greu, dar se spală bine cînd sînt uscate, înainte de a le pregăti. Spre deosebire de celelalte legume, ciupercile se dau mai întîi la cuptor, deoarece conțin o cantitate mai mare de apă. Ele se așază pe o tavă și se introduc în cuptorul cald, după ce s-a stins focul, lăsîndu-se 20-30 minute. Ușa de la cuptor se lasă deschisă pentru a se evacua aburii degajați de ciuperci și pentru a intra aerul. Ciupercile astfel zvîntate se pun la uscat la aer și soare sau deasupra mașinii de gătit, procedînd ca și la celelalte legume. Ciupercile bine uscate trebuie să se rupă la indoire. Dacă nu sînt bine uscate se mușcăieșc și nu mai pot fi folosite.

### **Minătărci uscate**

Cînd se culeg din pădure, se îndepărtează imediat partea codiței care a fost îngropată, pentru a nu se împrăști pămîntul, deoarece nu se spală niciodată înainte de a se usca. Se taie minătărcile în feliițe groase de un deget și dacă sînt mai mari se scot codițele. Se înșiră apoi feliile, la fel și codițele, pe ață și se atîrnă la uscat. De obicei, cînd la bucătărie este multă căldură, șirurile de minătărce se atîrnă deasupra mașinii de gătit, deoarece se usucă mult mai repede, altfel se așază afară la aer, ferite însă de soarele prea puternic. Cînd s-au uscat foarte bine, se string și se așază la păstrat în săculețe din pînză

sau pungi confectionate din hirtie, introduse in pungi din material plastic, bine legate la gura, atimate in camară. Din cind in cind trebuie verificate. Dacă s-au înmuiat și nu se mai rup la indoire, se întind la soare sau se dau la cuptor, la foc foarte mic, 5-6 minute. Mînatărcile, înainte de a fi pregătite, se introduc într-un vas cu apă caldă, în care se țin 10-15 minute ca să se înmoaie, după care se limpezesc bine în apă rece.

Din mînatărcile conservate în acest fel se poate prepara ciulama, mîncare cu carne, un soté foarte bun, care poate fi folosit drept garnitură la fripturi etc.

### Verdețuri uscate

Frunzele de pătrunjel, mărar, tarhon, leuștean, țelină, se usucă în aer liber, în timpul verii, în lunile iulie și august, evitînd soarele prea puternic.

Se aleg frunzele verzi și sănătoase, se spală bine în mai multe ape sau sub un jet de apă, se zvîntă într-un prosop curat și se pun răsfirate în straturi subțiri, pe o pînză întinsă peste o ramă de lemn, la umbră, sau într-o încăpere întunecoasă, bine aerisită. Frunzele se întorc din cind în cind, pentru ca să se usuce bine pe toate părțile. Se pun la păstrat cînd sînt foarte bine uscate și strînse în mînă sînt sfîrșimicioase. Verdețurile se usucă și se depozitează separat, în săculețe de pînză. Nu se amestecă între ele, deoarece nu toate au aceeași întrebuințare la gătit. Pe fiecare săculeț se lipește cite o etichetă pe care este trecut conținutul respectiv.

Pentru mai multă siguranță, frunzele de țelină, care sînt mai groase, se opăresc înainte 3-4 minute, pentru a se usca mai ușor.

### Cimbru uscat

Se recoltează planta întreagă (cu rădăcină) în perioada înfloririi, cînd cimbrul este cel mai aromat. Se spală bine și se agață cu o sfoară, cu rădăcina în sus, la umbră, într-un loc bine aerisit. După uscare se îndepărtează rădăcina și se păstrează buchetelele în pungi sau se mărunțește și se pune în borcane închise ermetic. Planta întreagă se folosește la preparatele care fierb timp mai îndelungat (fasole boabe, ciorbe etc.), iar mărunțită se presară peste fripturi sau se pune în diverse tocături.



## CONSERVAREA LEGUMELOR PRIN STERILIZARE

**Conservarea legumelor în apă.** Legumele care se pot conserva prin această metodă sînt următoarele: fasolea țucără, verde sau grosă (lată), mazărea, conopida, sparanghelul, ardeli grași, spanacul și ștevia, frunzele de viță, dovleceii în floare, ciupercile, țelina, morcovii, porumbul verde, verdeturile etc.

### Fasolea păstăi (țucără sau verde) conservată în apă

Se aleg păstăile proaspete și foarte tinere, fără ațe sau cu ațe foarte puține. Se curăță la capete și de eventualele ațe, se spală și se opăresc într-un vas cu apă clocotită și sărată (1–2%), unde se țin 5–6 minute de cînd apa a început să fiarbă. Fasolea verde, numită franțuzească, care este foarte subțire, se așază într-un tifon și se scufundă în apă clocotită, de două sau trei ori. Nu se ține mai mult deoarece, fiind foarte subțire, se rupe. După ce fasolea a fost opărită, se scurge bine de apă într-o strecurătoare, se spală imediat cu multă apă rece, sub robinet și se introduce în sticle sau borcane. Dacă se folosesc sticle obișnuite, este bine ca păstăile să fie

tăiate în două, pentru a se introduce și a se scoate cu mai multă ușurință. În borcane se pot așeza păstăile întregi, în poziție verticală, mai ales fasolea verde rotundă sau cea țucără. După ce borcanele au fost umplute cu păstăi pînă mai jos de margine cu 3–3,5 cm, se toarnă din apa în care au fost opărite atît cît să acopere fasolea cu 1–2 cm, avînd grijă să se lase un spațiu gol de 1,5–2 cm, pînă la gura borcanului, pentru a avea loc să fiarbă. Conservele de fasole se sterilizează timp de 30 minute. Dacă fierberea se prelungește mai mult, fasolea se înmoale și își pierde din valoarea nutritivă. Pentru cea de-a doua sterilizare, borcanele sau sticlele se lasă în cazanul în care au fiert, pînă a doua zi. Se completează apa care a scăzut din cazan și se pune din nou la foc, unde se lasă numai 10–15 minute de cînd începe apa să fiarbă în clocote.

### Fasolea grosă (lată) conservată în apă

Se aleg păstăile tinere și foarte proaspete. Se curăță la capete și de ațe și se rup în două pe lungime.

Într-un vas cu apă clocotită și puțin sărată (1–2%), se introduce fasolea și după cîteva clocote se scoate, apoi se lasă să se răcească. Păstăile se așază în sticle de lapte, bine spălate și opărite, fără să fie îndesate. Se toarnă apa în care a fost opărită fasolea, după ce s-a răcit, adăugînd sare după gust, de asemenea o pastilă de aspirină sau un vîrf de cuțit de conservant,

pentru fiecare sticlă. Deasupra se pune ulei de un deget. Se șterg bine sticlele, se închid cu două rinduri de celofan sau cu intestine de vită și se sterilizează timp de 30 minute. Se dă jos vasul de pe foc și când apa s-a răcit, se scot sticlele, se șterg și se așază la păstrat.

### **Mazărea verde conservată în apă**

Intrucît se alterează foarte repede, conservele de mazăre se prepară în cantități mai mici (pentru o singură zi), în mai multe zile, pînă ce se obține cantitatea dorită. Se alege mazărea proaspătă și foarte tânără, cu boabele mici. Deoarece această legumă este mai dificilă la conservat, se recomandă ca spălarea sticlelor și borcanelor să se facă cu mai multă precauție, iar operațiile tehnologice de conservare să se efectueze neapărat într-o singură zi, pentru o anumită cantitate de mazăre.

Se scot boabele din păstăi, se spală și se opăresc în apă sărată timp de 4—5 minute. În timp ce fierbe apa, se curăță spuma ce s-a format la suprafață. Bobul de mazăre se consideră suficient de opărit dacă, strîngîndu-l între degete, se simte ușor mulat. Mazărea opărită se răcește și se așază pe o sită să se scurgă bine, după care se introduce în sticle. Deasupra se adaugă un vîrf de cuțit de conservant diluat într-o lingură de apă caldă. Se umplu apoi sticlele cu apă (răcită) în care a fost opărită mazărea și care se recomandă să se mai fiarbă încă câteva oclote, după care se

lasă să se răcească. Apa trebuie să acopere mazărea cu două degete. Sticlele se închid cu dopuri noi de plută, care au fost fierte în apă un sfert de oră și apoi limpezite bine tot cu apă caldă. Sticlele astfel închise și legate cu sfoară se sterilizează timp de 40—45 minute în prima zi. Se dă jos cazanul și se lasă pînă a doua zi cînd se face a doua sterilizare timp de 15—20 minute. După ce s-au răcit, sticlele se scot din cazan, se șterg, se lasă să se usuce dopurile, apoi se acoperă cu capsule, parafină sau smolă.

Mazărea conservată în acest fel se folosește la prepararea diferitor mîncăruri sau ca garnitură, la pateuri, friganele, fripturi etc.

### **Varza de Bruxelles conservată în apă**

Se aleg verzișodire cit mai mici, se curăță de frunzele galbene de deasupra, se spală bine în mai multe ape, se lasă să se zvînte, după care se opăresc 10—15 minute, se răcesc și se așază în borcane, care se umplu cu apa în care au fiert. Se șterg marginile borcanelor cu o vată înmuiată în alcool, apoi se închid legîndu-le cu două rinduri de celofan sau cu intestine de vită. În prima zi se sterilizează 30 minute, iar a doua zi 10 minute. Cînd borcanele s-au răcit se controlează dacă sînt ermetic închise și se așază la păstrat într-un loc rece, uscat și bine aerisit. Varza de Bruxelles astfel conservată se poate pregăti cu carne, cu brînză sau drept garnitură la diferite fripturi.



## Conopidă conservată în apă

Se alege conopida proaspătă, fără pete, albă și bine îndesată. Se desface în buchetele, se curăță de frunzulițe și se taie cotoarele. Deoarece uneori conopida poate avea viermișori, se introduc buchetelele mai întâi în apă sărată, unde se lasă jumătate de oră. Se scot, se spală bine și se așază pe o sită să se scurgă de apă, după care se opăresc 5-6 minute în apă sărată. Se scot, se răcesc, se lasă să se scurgă, se pun în borcane și se toarnă deasupra apa în care au fost opărite și care trebuie să depășească conopida, lăsând însă borcanul gol pe o distanță de 1,5-2 cm de margine. Se șterg bine marginile borcanului, cu o vată murată în alcool, după care se închid cu două rinduri de celofan sau cu intestine de vită. Se sterilizează timp de 25-30 minute în prima zi și 10-15 minute a doua zi. Din conopida astfel conservată se prepară conopida cu unt și pesmet, suflou sau mîncare cu carne.

## Gulii conservate în apă

Se aleg gulii proaspete și foarte tinere, deoarece cînd sînt mai bătrîne devin atoașe. Se curăță de coajă, se spală și se taie în felii groase de 0,5 cm. Se opăresc timp de 8-10 minute, se scot, se lasă să se scurgă de apă și apoi se așază feliile unele peste altele, în borcane. Se umplu apoi borcanele cu apa în care au fiert, atît cît să le acopere cu un deget, lăsînd borcanul gol 1,5-2 cm din margine pentru a avea loc să fiarbă. Se sterilizează

30-35 minute în prima zi și 10 minute a doua zi. Gulile conservate în acest fel se folosesc la diferite mîncăruri cu sau fără carne.

## Sparanghel conservat în apă

Se alege sparanghelul foarte tînăr, proaspăt și se curăță cu multă atenție pentru a nu se rupă vîrfurile care sînt fragile. Se rade ușor cu un cuțit, curățîndu-l de fibrele tari fără a atinge vîrfurile. Se taie apoi toate firele egale după înălțimea borcanelor, înlăturînd partea lemnoasă care nu trebuie folosită, apoi se opăresc 3-4 minute, cu multă atenție să nu se rupă, în apă clocotită cu sare, se răcesc și se așază în borcane. Cînd sparanghelul este foarte tînăr, nu mai este necesar să se opărească. Se așază cu vîrfurile în sus în borcane, care se umplu cu apă în care a fost opărit. Se sterilizează 25-30 minute în prima zi și 10-15 minute a doua zi. Sparanghelul astfel conservat se servește cu un sos alb, cu maioneză sau salată cu lămie și ulei.

## Ardei grași pentru umplut, conservați în apă

Se aleg ardeii proaspeți, cărnoși și nu prea mari. Se taie un cîpăcol în jurul coditei și se scot cotoarele, se curăță de semințe și de vînișoare, după care se gustă, înlăturînd pe cel lăți. Se spală bine, se lasă să se scurgă și se opăresc 3-4 minute. Se scot, se scurg bine de apă și se

așază în borcane, unul în altul, cu atenție, pentru a nu se rupe. În acest mod încap mai mulți ardei în borcan. Se umplu apoi borcanele cu apă în care au fost opăriți ardeii. Se sterilizează în prima zi 25-30 minute, iar a doua zi 10-15 minute.

### **Ardei grași pentru umplut, conservați în apă cu hrean I**

Se aleg ardeii pentru umplut, se curăță și se spală procadînd ca mai sus. Se curăță hreanul, se spală bine, se despică în două și se tale în bucăți lungi cit ardeii. Se introduce apoi alte o bucată de hrean în fiecare ardei și se așază ardeii într-un borcan mare, unul lîngă altul, fără a-i îndesa. Între ardei se mai adaugă cite o bucată de hrean, din loc în loc. Se fierbe apa în clocote și se toarnă peste ardei, opărindu-i. Se așază borcanul peste o masă dublată cu tablă sau peste două lame de cuțit (ca să nu se spargă și se toarnă apă clocotită pînă se umple borcanul. Deasupra se adaugă ulei într-un strat gros de două degete, se leagă imediat cu hîrțile pergament sau cu două rînduri de celofan și se înfășoară într-o pătură în care se lasă pînă ce se răcește complet, apoi se așază în cămară sau în pivniță. Ardeii conservați după această rețetă sînt foarte gustoși și rămîn întregi, tari și aspectuoși, putîndu-se păstra pînă la noua recoltă, fiind recomandați mai ales în regimurile hiposodate (cu puțină sare de bucătărie).

### **Ardei grași pentru umplut, conservați în apă cu hrean II**

Ardelii pregătiți ca la rețeta anterioară se pun în borcane, unul în altul. La 50 ardei se curăță 3-4 bucăți de hrean și se tale suvițe subțiri, care se așază printre ardei. Se toarnă apa clocotită, sărată după gust și se așază deasupra peste ardei o scîndurică pe care se pune o greutate, pentru ca toți ardeii să fie acoperiți cu lichid. Se șterg cu puțin alcool marginile borcanului, după care se leagă imediat cu două rînduri de celofan și se așază la răcoare.

### **Spanac, ștevie, urzici, conservate în apă**

Se aleg frunzele tinere și se curăță de cotoare. Se spală bine în mai multe ape, se lasă să se scurgă și se opăresc în apă sărată, 1-2 minute. Se strecoară, se așază în borcane și se toarnă deasupra apa în care au fost opărite. Se închid borcanele și se sterilizează în prima zi 20-25 minute, iar a doua zi 8-10 minute. Se prepară sub formă de piure, sufleur, cu ochiuri, garnituri la fripturi etc.

### **Frunză de viță I, conservată în apă**

Se aleg frunzele tinere, se înlătură codițele, se spală bine și se așază pe o strecurătoare să se scurgă. Se opăresc apoi timp de 2-3 minute, după care se scot, se scurg și se așază una peste alta în



borcane. Frunzele de viță se mai pot așeza în borcane, după ce s-au opărit, puse una peste alta 14-15 foi și apoi răsucite sub formă de suluri. Se completează cu apă în care s-au opărit. Se sterilizează în prima zi 10-15 minute, iar a doua zi 5-6 minute.

## **Frunza de viță II, conservată în apă**

Se aleg frunzele, se spală, se așază unele peste altele într-un vas și se toarnă pe deasupra o saramură rece, mai tare, din 45 g sare grunjoasă la 1 litru de apă. Peste o oră se scot frunzele și se pun într-un borcan de sticlă sau de pământ. Se adaugă un vîrf de cuțit de conservant dizolvat în puțină apă caldă și se fixează deasupra două scobite. La sticlă se pune care au fost în frunzele de viță. Se adaugă 1 litru de apă. Se pune saramura pe foc și cînd ocoțotește, se toarnă în borcane peste frunze. Se înfigă mediu borcanul cu hîrtie pergament sau cu două rînduri de celofan și se înfășoară într-o pătură groasă unde se lasă pînă ce s-a răcit complet, după care se pune la păstrat la un loc rece. Înainte de a se folosi, frunzele de viță se pun de seara într-un vas cu apă caldă, pentru a se desăra.

## **Dovlecei cu floare conservate în apă**

Se aleg dovlecei foarte tineri, sănătoși și mici, în așa fel încît să încapă în borcane de 1 kg, așezați vertical (în picioare) avînd

grijă să rămînă un spațiu gol de 3-4 cm din margine. Se opăresc 3-5 minute. Se scot, se lasă să se scurgă, se așază în borcane, unul lângă altul și se toarnă deasupra apa în care au fost opăriți. Se sterilizează în prima zi 25-30 minute, iar a doua zi 10 minute. Din dovlecei astfel conservați se pot prepara suflouri sau diferite mincăruri.

## **Dovlecei pentru umplut conservați în apă**

Se aleg dovlecei mai mari și se scobesc de miez cu ajutorul unei lingurițe. Se sărează ușor pe dinăuntru și pe dinafară și se lasă pînă a doua zi cînd se scum de zeama pe care au lăsat-o și se așază în borcane cu partea scobită în sus. În continuare se procedează ca la rețeta precedentă.

## **Ciuperci conservate în apă I**

Se aleg ciupercile de cultură mică, albe foarte proaspete. Se curăță de codițe și peițe se spală și apoi se opăresc 3-6 minute, după care se scot și se așază pe o sită să se scurgă bine. Se introduc apoi ciupercile în borcane și se toarnă deasupra apa în care au fost opărite. Se sterilizează în prima zi 30 minute, iar a doua zi 15 minute.

Din ciupercile astfel conservate se prepară ciorama proaf etc. sau diferite garnituri fripturi.

## Ciuperci conservate în apă II

Prin acest procedeu se pot conserva atât ciupercile de cultură cât și cele recoltate din păduri și livezi. Când tîia esențială în reușita conservării este aceea că ciupercile să fie foarte proaspete, recoltate chiar în ziua expunerii la conservare. Se aleg se curăță și se fierb în apă cu sare cîca 15 minute din momentul în care apa a dat în clocot. Se scot cu o spumieră, se lasă să se răcească și se pun în borcane mici de 1-2 litri. Peste ciuperci se toarnă o saramură rece preparată din 25 g sare de bucătărie la un litru de apă, fiartă în clocote cîteva minute și apoi ăsată să se răcească. Saramura se toarnă peste ciuperci întotdeauna numai rece, în caz contrar conservele se strică. Borcanele se eacă cu celofan pus în două și se pastrează la rece. Înainte de folosire se desărează în apă rece.

## Ciuperci conservate în apă III

Se aleg ciuperci mărunte, tinere și sănătoase. Se înăltură cele putrezite sau viermănoase. Ciupercile oese pentru conserve, se curăță, se desfac cod te e, se spală bine și se lasă într-o strecurătoare ca să se scurgă de apă. Se introduc apoi într-un vas cu apă clocotită care conține 20 g sare de bucătărie și 5 g acid tartric la un litru de apă (acidul tartric are proprietatea de a păstra cu oarec ciuperci or și de a da un gust mai bun conservelor), unde se lasă 4-6 minute pentru ciupercile mici și 6-8 minute pentru cele mai

mari și ma bătrîne. După opărirea, se spală imediat cu apă rece. Cînd ciupercile sînt bine scurse de apă, se ăază în borcane ășînd un spațu gol de 1,5-2 cm pîna în marginea borcanului. Pe deasupra se toarnă apă în care s-au dizolvat 20 g sare de bucătărie și 2 g sare de ămie la un litru de apă. Borcanele se închid cu două rînduri de celofan după care se sterilizează 60 minute borcanele de un litru și 40 minute cele mai mici.

## Ciuperci conservate în apă IV

Se aleg ciuperci oabe, mici se curăță bine cu o periuță se spală și se introduc într-un vas cu apă fierbîntă să dea un clocot. Se scot se scurg bine de apă și se ăază îndesate în borcane mici de sticlă. Separat se pune la fiert o parte din apă în care au fiert ciupercile și două părți oțet de vin. Se adăugă sare după gust boabe de piper cîteva foi de dătin. Se pune la foc și cînd clocotește se dă vasul la o parte și se lasă să se răcească după care se toarnă în borcane ășînd un spațu gol de 1,5-2 cm din marginea borcanului. Cînd sînt gata se acoperă și se eacă cu două rînduri de celofan. Borcanele se înă sterilizat după mărime, borcanele de 1 litru, 50 minute, iar cele mai mici, 35 minute. După o z sau două de la prima sterilizare, aceste conserve trebuie sterilizate a doua oară timp de încă 20 minute. Aceasta, a doua sterilizare, este necesară din cauza procentului mare de proteine din ciuperci, care fac mai dificilă conservarea.



## Spanac cu ștevie conservate în apă

La 4 kg spanac se ia 2 kg ștevie. Se iau zarzavaturile foarte proaspete, se curăță cu atenție, îndepărtând frunzele îngălbenite sau stricate. Se spală bine sub un jet de apă rece și se lasă un timp să se scurgă. Se așază într-un vas spanacul și ștevia, se toarnă deasupra 2 litri apă fiartă și sărată după gust. Se lasă să fiarbă 2-3 minute, după care se umple borcanele care au fost încălzite în prealabil (ca să nu se spargă). Se închid cu două rinduri de celofan și se sterilizează 40 de minute. Din conservele de spanac cu ștevie se pot prepara mâncăruri cu carne, sufleur, diferite garnituri la fripturi etc.

## Patiăgele roșii conservate în apă

Se aleg roșii mici, rotunde, cămoase, proaspete și foarte tari. Se curăță de coajă, se spală și se așază pe o sită ca să se scurgă bine apa. Când s-au zvintat, se înțepă cu o scobitoare, de 3-4 ori fiecare, pentru a le pătrunde saramura, și se așază în borcane, cu grijă, fără a le îndesa. Se prepară o saramură dintr-o lingură rasă de sare la un litru de apă și se lasă pe foc până se clocotește. Se ia de pe foc, se lasă să se răcească și se toarnă peste roșii. Se sterilizează în prima zi 25 minute, iar a doua zi 10 minute.

## Țelina conservată în apă

Se aleg rădăcinile de țelină cu coaja netedă, fără prea multe rădăcini subțiri. Se curăță de pamânt și de rădăcinile subțiri. Apoi se spală în mai multe ape și se rade coaja cu un cuțit. Se spală bine, se taie felii groase de 5-6 mm, care se opăresc 6-7 minute. Felii se scot, se scurg de apă și se așază în borcane unele peste altele. Se completează cu apă în care au fost opărite. Se sterilizează în prima zi 30-35 minute și a doua zi 10 minute. Țelina astfel conservată se folosește a diferite salate și mâncăruri cu sau fără carne.

## Marcovii conservați în apă

Se aleg marcovii tineri, nu prea mari, proaspeți și foarte sănătoși. Se spală bine și se curăță și dacă sunt mai mici se lasă întregi, când însă sînt mai mari, se taie în două. Se spală, se scurg de apă și se opăresc 15 minute. Se așază în borcane, pe înălțime, unul lângă altul și se completează cu apă în care au fost opărite. Se sterilizează în prima zi 40-45 minute și a doua zi 15-20 minute. Din marcovii astfel conservați se pot prepara soufeuri sau diferite alte mâncăruri.

## Porumbul verde conservat în apă

Se recoltază știuleții neajunși la maturitate, cu bobul în lapte. Se taie vîrfurile și se spală bine, îndepărtînd toate firele de mătase. Știuleții astfel pregătiți

se fierb 50-55 minute după care se scot, se scurg de apă pe o strecurătoare și se așază apa în borcane. Dacă se folosesc borcane mai înalte sticleț se pun întreg, dacă însă borcanele sînt mici se fierb sticleț în două și se așază pe două. Îngăzitură în picioare. Se toarnă în borcane apa în care au fost gătit sticleț. Se dă grijă să se acopere cu lichid. Din marginile borcanelor se îndală spațiul de 15-20 mm. Se sterilizează în prima zi 40-50 minute, iar a doua zi 20-25 minute.

### Păstăi de bob conservate în apă

Pentru conservat se folosesc numai păstăile foarte proaspete recent recoltate deoarece se ofesc și se înnegresc foarte repede deprecind, se atît ca tativ cît și estetic. Se aleg păstăile tinere, fără ațe, cu semințele abia formate. Se îndepărtează vârful păstăii (ca la fasole) se spală cu apă caldă, se scurg și se opăresc în apă fiantă puțin sărată (1-2%) pînă ce se înmoaie ușor. Se așază să se răcească sau se răcesc cu apă rece și se pun în borcane. Între păstăi se poate pune, după gust, mărar sau pătrunjel tocat. Se umplu borcanele cu apă și se opăresc în care au fost opărite păstăile, se ează cu cellofan și se sterilizează 30 de minute în prima zi și 15-20 minute a doua zi. Păstăile astfel conservate se pot folosi la mîncăruri cu sau fără carne precum și ca aperitiv cu mușchi, oțet și ulei.

**Conservarea legumelor în suc de roși.**  
Legumele conservate prin sterilizare în

suc de roși, rezistă bine un timp îndelungat, fără a-și pierde substanțele nutritive sau gustul. Deoarece la conservele preparate cu suc de roși nu se mai folosește apa în care au fost opărite legumele și în care acestea își iasă o parte din vitamine și săruri, se recomandă să se opărească în apă foarte puțină sau mai bine, să se aburească. Aburirea se face așezînd un vas cu apă puțină pe foc (4-5 degete).

Cînd apa clocotește se introduc legumele în vase egale într-un tifon sau puse într-o sită, observînd să nu ajungă pînă la apa din oală, după care această se acoperă cu un capac. Se iasă astfel legumele de asupra apei care clocotește 10-20 minute, după care se scot și se așază în borcane sau în sticle peste care se toarnă sucul de roși.

Sucul de roși folosit la conservarea legumelor se prepară în felul următor. Se aleg roșiile bine coapte fără pete sau mușega și se departind, dacă este cazul, partea atacată. Se spală bine și se opăresc în apă după care se rup în patru și se pun într-un vas la foc potrivit. Cînd începe să clocotească se amestecă continuu cu o lingură de lemn pînă cînd roșiile sînt foarte bine fierte. Se dă vasul, jos de pe foc și se lasă să se răcească. Se trec apoi roșiile prin sită cu ajutorul unei linguri de lemn, frecînd bine pînă cînd nu mai rămîn pe sită decât peiele și semințele. Sucul obținut se sarează după gust sau cu o jumătate de linguriță de sare la un litru de suc. Se sterilizează în prima zi 20 minute iar a doua zi 10 minute.



## Suc de roșii I

Acest suc se folosește atât a supe și ciorbe  
cât și la diferite mâncăruri și sosuri. Se re-

de jumătate kilogram sau chiar de un sfe  
nutul trebuie consumat imediat, întrucât

oș  
spală bine, se rup în două și se așază  
într-o oală la foc mic. Se amestecă din  
când în când cu o lingură de lemn pentru  
ca să nu se vîrsească de fundul vasului.

Cînd roșiile sînt foarte bine fierte, se dă  
oala jos de pe foc, se lasă să se răcească  
și se trec prin sită frecînd bine cu in-  
gura, în așa fel încît să nu rămîna pe sită  
decît peritele și semințele. Lichidul rezul-  
tat se așază pe foc, se adaugă puțină sare  
(a fi filtru de lichid, jumătate linguriță de  
sare) și se lasă să se cocotească cîteva mi-  
nute. După gust, se adaugă pătrunjel  
verde, frunze de telină, tălate mărunt, fo-  
de dafin, usturoi, piper negru etc. În acest  
timp sticlele, care au fost bine spălate și  
scurse de apă, se încălzesc în cuptor. Se  
toarnă sucul clocotit în sticle, care se în-  
chid cu dopuri sau, dacă se folosesc sticle

de năpă, se închid cu dopuri de cauciuc.

Sticlele să nu se spargă se face această  
operă

dublă cu țesătură sau pe cîte două lame  
de cîțir. Sticlele  
pături groase în care se lasă o zi sau  
chiar două, pînă s-au răcit complet. Se  
pun la păstrat într-un loc uscat și bine  
aerisit. Dacă sticlele nu se pot păstra bine

mai mult timp, deoarece în locuință nu  
există condiții, se recomandă să se sterili-  
zeze timp de 30 minute. După ce sticlele  
s-au răcit și dopurile s-au zvîntat, se acoperă  
cu capsule parafină sau smolă și  
se pun la păstrat.

## Suc de roșii II

Se aleg roșiile foarte bine coapte și sănă-  
toase, se taie în două și se trec prin ma-  
șina de tocat carne (foarte bine spălată și  
opărită) la care se scoate spuma, sita și  
cuiul și se înlocuiesc cu un dispozitiv  
special care se găsește în comerț. Acest  
dispozitiv reține toate peritele și semin-  
țele, lăsînd astfel să treacă numai purpa  
roșilor care se toarnă printr-o pînie di-  
rect în sticle obișnuite. În magazinele de  
speciaitate se găsesc și storcătoare de at-  
tăp, de care ne putem servi în acest scop.

Sticlele se umplu numai pînă la gît și se  
adaugă cîte un vîrt de cuțit conservant și  
toată sarea. Se închid cu dopuri care se  
fixează cu sfoară de gîtul sticlei (vezi  
fig. 11) și se sterilizează 20 minute. Cînd  
sticlele s-au răcit și dopurile s-au zvîntat,  
se acoperă cu capsule parafină sau  
smolă.

Conservantul se poate înlocui printr-o nouă  
sterilizare efectuată a doua zi, care durează  
numai 10-15 minute. Preparat în felul  
acesta (fără conservant), se recomandă să  
fie băut cu lătare dimineața sau în cursul  
zilei. Este sănătos și în același timp foarte  
gustos, mai ales dacă se servește rece.

Dacă roșiile sînt prea acre, la preparare se adaugă zahăr sau miere de albine, după gust.

### Bame în suc de roșii I

Se aleg bamele mici, tinere și foarte proaspete. Bamele mari, care sînt trecute din capt și au semințele tari, se înătură. Se alege bamele se taie porțion se spală și se opăresc într-un suc de roșii mai subțire, după cum urmează. Sucul de roșii se lasă 15–30 minute să se decanteze și se alege numai partea de deasupra care este mai puțin densă. Se pune pe foc adăugînd un vîrf de cuțit de sare de lămîie dizolvată în puțină apă. Cînd clocotește, se introduc bamele puse într-un tifon și se ține 3–4 minute, după care se scot se așază să se scurgă și să se răcească. Se așază apoi în sticle de preferat de lapte. Sticlele nu se umplu complet, lăsînd un spațiu gol de 2–3 cm, la fel ca la borcane, pentru a fierbe bine sucul. După ce s-au așezat bamele se pune în fiecare sticlă și alte o roșie nouă tare foarte bine spălată și zvîrlită. Pentru mai multă siguranță la conservarea bamelor care sînt mai puțin rezistente, se recomandă să se adauge un vîrf de cuțit de conservare la un puțină apă, la fiecare sticlă. Se umplu apoi sticlele cu sucul de roșii, omogenizat bine. Sucul trebuie să treacă de nivelul bamelor cu 2–3 cm, nu ajunge la gâtul sticlei. Se închid apoi sticlele cu dopuri sau cu ceafan, și se așază într-un vas cu apă pentru sterilizat procedînd ca la conservarea la saremu. La prima zi se sterilizează

25 minute și a doua zi 30 minute. Cînd apa este aproape rece se scot sticlele și se așază pe o masă ferită de curent și se acoperă cu o pătură de înă. A doua zi se controază dacă sticlele sînt închise ermetic. Dacă se observă o aît de mică deformătură pe unde ar putea intra aerul, se desface sticla, se mai adaugă o lingură de suc, apoi se închide din nou, schimbînd ceafan sau dopul. Sticlele defecte se sterilizează din nou 15 minute.

Dacă bamele sînt puse în sticle obișnuite, închise cu dopuri de plută peste acestea se pun capsule, parafină sau smolă, se șterg bine și se așază pe rafturi în cămară sau pînă la

### Bame în suc de roșii II

Se aleg bame mici și proaspete și se curată numai de codite fără să se taie din pușcă ca să nu iasă sucul. Ipic os pe care nu conțin bamele. Se fierb, în apă clocotită cu un vîrf de cuțit sare de lămîie sau cu borș, numai pe umătate apă se scurg bine și se adaugă sucul de roșii procedînd ca la rețeta anterioară. Se închid borcanele cu două rânduri de ceafan apoi se așază la sterilizat 35 minute prima oară, iar a doua zi se face a doua sterilizare în 15 minute de cînd apa din vas începe să fiarbă.

### Bame în suc de roșii III

Bamele tinere, curățate și spălate se așază într-un vas peste care se toarnă un suc de roșii, fiert, strecurat prin sită, în

care s-a pus puțină sare. Se lasă o oră în acest suc și se scot pe o strecurătoare să se scurgă bine. Apoi se așază în borcane fără a e îndesa. Se toarnă peste ele o t suc de roșu fierbinte, deoarece primul a devenit acid din cauza sucului pe care îl conțin bamele. Pentru ca bamele să nu fie deoase se pot opări cu borș, nu fiind în acest fel primul suc de roșu. Borcanele se lasă goale cu 1,5-2 cm margine de margine. Se sterilizează în prima zi 40 minute, iar a doua zi numai 20 minute.

### Bame cu roșii și ardei grași

Se aleg bame tinere care se curată de codițe și se opăresc în apă cu oțet (3 părți apă și o parte oțet) sau cu sare de cârmă sau cu borș. Se țin acoperite până ce s schimbă culoarea, apoi se scurg, se spală și după ce s-au zvântat se așază în borcanele pregătite, intercalând roșii tăiate felii, ardei tăiați dețu și păsturele tocot fin. Se umple borcanele cu suc de roșii se eacă cu două indur de celofan, apoi se sterilizează 40 de minute, după ce începe să fiarbă apa din vas, iar a doua zi 15 minute.

### Fasole în suc de roșii

Se aleg fasolea (tucără, grasă, verde) foarte tină și proaspătă. Se curată, se spală și se asă pe sită să se zvînte. Se opărește apoi în apă clocotită 4-5 minute, sau se aburește 15-20 minute, după care se pune în borcane. Fiecare borcan se

umple cu suc de roșii proaspăt pregătit numai cu puțin înainte și la care s-a adăugat sare (1/2 linguriță la 1 litru suc). Prima zi se sterilizează 35 minute, iar a doua zi 10-15 minute.

### Vinete în suc de roșii

Se aleg vinete nu prea mari, bine coapte proaspete, la care se îndătură codițele și se curată cîte o șuviță din coajă din distanță în distanță. Se taie vinetele în lung, în jumătăți și apoi în felii, nu prea groase, care se așază într-un vas, se presară cu sare se amestecă și apoi se asă o oră pentru ca să se scurgă zeama amară. Se spală, se storc într-un șervet curat și se opăresc în apă clocotită cu sare, unde se lasă 10-15 minute. Se scot se scurg de apă se așază în borcane și se acoperă cu sucul de roșii pregătit ca mai sus. Se sterilizează în prima zi 35 minute, iar a doua zi 15 minute.

### Vinete în suc de roșii pentru musaca

Se aleg vinetele se curată procedînd ca în rețeta anterioară. Se taie în felii rotunde, groase de 6-7 mm și se așază într-un vas presărate cu sare unde se lasă o oră. Apoi se spală se storc bine într-un șervet foarte curat și se opăresc în apă clocotită pînă ce se mai înmoaie. Cînd doarește, poate prăji rondelele de vinete ușor pe ambele părți în ulei bine încins, înlocuind astfel opărirea. Vinetele opărite sau



prăjite se aşază în borcane unele peste altele apoi se toarnă deasupra suc proaspăt preparat, la care s-a adăugat 1/2 linguriţă de sare la un litru suc. Se închid borcanele şi se sterilizează în prima zi 30 minute şi 15 minute a doua zi.

### Ardei pentru umplut în suc de roşii

Se aleg ardei nu prea mari, dar foarte proaspeţi. Se scot cotoarele, se curată seminţele, se înlătură ardeii uşi şi se spală şi se scurg bine de apă, aşezându-i pe o tavă sau pe planşetă, cu gura în jos. Se aburesc într-un tifon sau într-o sită după care se introduc unii într-alţii şi se aşază în borcane. Se toarnă deasupra suc de roşii uşor sărat (1/2 linguriţă sare la 1 litru suc). Prima zi se sterilizează 20-25 minute, iar a doua zi 10-15 minute.

### Roşii în bulion

Se aleg roşii mici, rotunde, coapte tari şi foarte proaspete. Se spală, se iasă sa se zvinte pe o sită sau strecurătoare şi pentru a nu piersi în timpul sterilizării se întind pe o cârpă de câţeva ori cu o scobitoare. Se aranjează în borcane fără a le îndesa, lăsând borcanul gol pe o distanţă de două degete şi se toarnă deasupra suc de roşii care trebuie să acopere roşiile, în aşa fel încât să mai rămână o distanţă mică până la marginea borcanului. Se sterilizează în prima zi 20 minute iar a doua zi 10 minute.

### Dovlecei în suc de roşii

Se aleg dovlecei foarte proaspeţi şi nu prea mari, de preferat cei cu floare, dacă sînt mai mari se rad uşor de pe lăţ se taie în patru pe lungime şi apoi pe lăţme în bucăţi potrivit de mari (3-4 cm). Se spală se scurg de apă şi se opăresc în apă clocotită 3-4 minute. Se aşază în borcane şi se toarnă suc de roşii lăsînd un spaţiu gol de 2 cm. Se sterilizează în prima zi 25-30 minute iar a doua zi 10 minute.

### Guli în suc de roşii

Se aleg guli le sănătoase şi proaspete se curată de coajă, se spală şi se opăresc în apă clocotită cu sare, 10-15 minute. Cu ile mici se pot opări întregi, iar cele mai mari se taie în felii pentru ca să se patrundă mai uşor. Se scot, se scurg pe o strecurătoare şi se aşază în borcane. Sucul de roşii proaspăt preparat şi uşor sărat se toarnă în borcane, trecînd deasupra gurilor cu un deget. Se sterilizează în prima zi 35-40 minute, iar a doua zi 10-15 minute.

### Conopidă în suc de roşii

Se alege numai conopida albă, îndesată şi foarte proaspătă. Se taie cotorul şi, mai aproape de căpătîină, apoi se desfac buchetelele şi se curată de frunze. Deoarece conopida are câteodată vermi şori se recomandă să se ţină 1/2 oră în apă cu sare pentru a-înlătura. Se spală apoi în apă rece, după care se opăreşte

Se stămizează prima zi 25 minute, iar a doua zi 10-15 minute.

## Ghiveci in suc de rosii |

[illegible]

cite una sau două roși mari. Printre egume se pun frunze de tarhon și de țelină. Se toarnă deasupra egumelor din borcane suc de roși fierbinte, care trebuie să acopere, adăugând o linguriță sare la un litru de lichid. Se închid borcanele, procedând ca la celelalte conserve și se sterilizează în apă și 35 minute și a doua zi 20 minute.

### Ghiveci în suc de roșii

Pentru a veni se aleg egume care nu se găsesc în timpul verii, cu buncuri, fasole verde, dovlecei tineri, arde grăzi, conopida, porridge de roșii, pulă-gole vnetre verdeli. Cartofi, morcov, pastinac, țelna, varza se pot adauga, iarna, cind se pregătește ghi-vecul.

Dupa ce toate legumele au fost gătite, se cote și oparte, după îndcătre date a rețeta anterioară, se așază în borcane, în proporții egale, avînd grijă să se pună în fiecare borcan cite o roșie sau două, după mîinimea acestuia. Se toarnă suc de roșii, atît cît să acopere legumele cu 1-2 cm, adînd un spațiu go la marginea borcanului, după cum s-a explicat și la celelalte conserve. Se sterilizează în prima zi 30 minute și a doua zi 10-15 minute.

**Zarzavat pentru supe și ciorbe  
în suc de roșii |**

5 kg roși, 1 kg ardei, 2-3 legături de pătrunjel.  
Se spală bine toate legumele și se lasă să se zvinte. Se taie apoi roșiile felii, ar-

de i și se subțiri și pătrunjelul mărunț. Se amestecă totul într-un vas, cu o lingură rasă de sare și se adăugă să stea 5-10 minute, după care se umplu sticlele. Se sterilizează 30-35 minute o singură dată sau în prima zi 20 minute și a doua zi 10 minute. După ce sticlele s-au răcit și dopurile s-au zvîntat, se închid cu capsule, parafină sau smocă. Nu se mai face a doua sterilizare.

## Zarzavat pentru supe și ciorbe în suc de roșii II

1 1/2 kg morcovi, 1 1/2 kg roșii, 1 1/2 kg cașcă, 300 g jeliu, 300 g păsturnac, 300 g patrunjel (rădăcini).

Zarzavatul se curăță, se spală și se lasă să se scurgă de apă. Într-un timp se spală bine și se opărește mașina de tocat carne, la care se atașează o sită cu găuri mari (se găsește în comerț). Zarzavaturile bine zvîntate se trec pe rînd prin mașină într-un vas mare. Se adaugă o lingură rasă de sare, se amestecă bine și se așază imediat în borcane. Se sterilizează în prima zi 20 minute, iar a doua zi 10 minute sau 30-35 minute, o singură dată.

## Bulion de roșii

Se aleg roșii bine coapte, se spală, se rup în două și se introduc într-o oală mare, smaltuită, adăugînd și puțin sare (1 vrf de cuțit la 1 kg roșii). Se așază oala pe foc și se lasă să clocotească 5-10 minute. Se dă jos și se păstrează într-un loc cu-

rat și rece pînă a doua zi. În acest timp, tot mezel gros al roșiilor se lasă a fund, iar deasupra se alege o zeamă subțire, care se scoate cu ajutorul unei linguri de servit supă. Această zeamă nu se aruncă, ci se folosește la diferite supe sau la gătit în loc de apă, deoarece conține unele saruri și vitamine și este foarte gustoasă. După ce s-a scos toată zeama și burea se trec roșii prin sită, frecîndu-le bine cu o lingură delemn pînă ce nu mai rămîn decît peltele și semințele. Lichidul rezultat se toarnă într-o oală bine spătată și se așază din nou pe foc. Cînd începe să clocotească, se amestecă continuu pînă ce se îngroașă atât cît să se poată turna în sticle. Nu trebuie așat nici un minut fără să fie amestecat, deoarece buzonul se prinde ușor de vas și se arde, căpătînd un gust neplăcut de afumat. Cînd s-a îngroșat suficient, se toarnă fierbînte în sticle, încă zite în prealab, așezate pe lame de cuțit ca să nu se spîrgă. Pentru același motiv se toarnă la început cîte puțin în fiecare sticlă, pentru a se încălzi treptat. Sticlele, umplute pînă la gît, se închid cu dopuri și se înfășoară în pături de înă unde se țin pînă a doua zi. După ce s-au răcit sticlele și dopurile s-au zvîntat, se acoperă cu capsule, parafină sau smocă. Cînd în locuință nu există o pivniță sau o cămară răcoară se recomandă să se sterilizeze sticlele încă se numă cu dopuri legate bine cu sfoară timp de 30 minute. După ce s-au răcit, se acoperă dopurile cu capsule, parafină sau smocă.



## Bulion de roșii pastă

Bulionul se poate conserva și mai gros, sub formă de pastă, care se pasteează în borcane. Pentru obținerea acestui bulion, se folosește aceeași cantitate de roși ca și pentru bulionul în sticle, deoarece, fiind mai gros, se adaugă mai puțin apă de lemn înecături. Se prepară după indicațiile date a bulionului în sticle cu deosebire că se fierbe mai mult ca să se îngroașe.

Se așază vasul cu sucii de roși la foc mic (mai degrabă pe o tablă), se adaugă sare după gust și se amestecă continuu până ce se obține o pastă de consistența unui mărunt gros. Se toarnă bulionul cald în borcane, se netezește suprafața cu ajutorul unui cuțit și se adaugă, a fiecare borcan, ulei într-un strat de grosimea unui centimetru. Borcanele fierbinți se leagă cu celofan sau cu hârtie pergament, se înfășoară cu pături și se lasă să se răcească complet, după care se pun la păstrat.

## Bulion de ardei roși

Se aleg ardei roși, bine copti, mari și sănătoși. Se scot cotoarele și semințele, se spală, se scurg bine de apă și se așază într-un vas prosărați cu puțină sare, unde se lasă câteva ore până ce își asă zeama. Se pun apoi, cu zeamă cu tot, la fiert și când compoziția începe să clacotească, se amestecă continuu cu o lingură de lemn pentru a nu se prinde de fundul vasului. Când ardeii au fiert bine și s-au înmulțit,

se dau jos de pe mașină și, se lasă să se răcească, după care se trec prin sită. Se spală o oală în care se toarnă lichidul obținut și se așază din nou pe foc, amestecându-l continuu până ce se leagă foarte bine, ca o marmeladă. Bulionul se toarnă fierbinte în borcane, care se închid cu două rânduri de ceaun, se înfășoară în pături groase, unde se lasă o zi două până ce se răcesc complet, după care se pun la păstrat într-o încăpere mai rece și bine aerisită.

## Bulion de gogoșari sau de ardei capia

3 kg gogoșari sau ardei grași, 25 g sare.

Ardei sau gogoșari se curăță de cotoare și semințe și se trec prin mașina de tocat carne, bine spăiați și apăriați schimbând stați obișnuită cu cea care are găurile mari. Bulionul astfel obținut se amestecă cu sarea și se introduce în borcane mici care se sterilizează 25 minute. Acest bulion se folosește la tocăniță varză cu carne, varză călită sau chiar la clabbe.

## Sos picant de roși

4 kg roși, 250 g zahăr, 1 l oțet din vin, 1/2 lingură piper macinat, 1/2 lingură hăci de ardei, 1 lingură sare, 2 linguri muștar.

Se aleg roși bine coapte și când oasele se spală, se rup în două și se așază într-o oală, la foc mic. După ce au fiert în clacote 5-6 minute, se dă oala jos de pe

foc și se lasă să se răcească. Se trec apoi roșiile prin sită și se pun, într-o oală, bine spălată, din nou la fiert. Când lichidul începe să clocotească, se amestecă continuu pentru a nu se usca de fundul vasului. Se adaugă, pe rând, în timpul fierberii, zahărul, otetul, piperul, boia de oare, sare, mușta și uleiul de măsline. Se amestecă tot timpul și se lasă să fiarbă până ce lichidul se îngroașă și se poate lua din consistența unei smântini subțiri. Se toarnă sosul fierbinte în sticle mici de 1/2 l sau de 1/4 l care se închid cu dopuri, procedând apoi ca în rețeta anterioară.

În cazul în care condițiile de păstrare nu sînt optime se recomandă să se sterilizeze sticlele timp de 30 minute.

## Tarhon în suc de roșii

Se aleg frunzele, înlăturînd cotoarele, se spală și se lasă pe o sită să se scurgă de apă. Se pun apoi frunzele într-un tifon care se introduce într-un vas cu apă clocotită și puțin sărată unde se ține cîteva secunde. Se scot, se scurg de apă și se așază în borcane mici. Se toarnă deasupra suc de roșii proaspăt preparat, se închid borcanele și se sterilizează 25-30 minute.

Tarhonul astfel conservat poate fi folosit la cîteva feluri de mâncare cum ar fi, de exemplu, pe cînd cel conservat în oțet este întrebunitat drept condiment pentru diverse sosuri.

**Mîncăruri din legume conservate prin sterilizare.** Aceste conserve sînt foarte utile

mod deosebit într-o gospodărie întrucît, fiind gata pregătite nu mai necesită nici o prelucrare cînd se servesc, nici măcar încălzite, deoarece se pot consuma și reci.

## Bame à la grec

2 kg bame, 2 copo niari, 1 borș, 500 ml ulei, 1,5 kg roși.

Se aleg bame mici, tinere și proaspete, se curăță se spală și se opăresc 3-5 minute în borș, adăugînd un vîrf de cuțit de sare de amănăciutată în puțină apă sau o lingură de oțet. Se scot și se lasă pe o sită să se scurgă. Cepele se curăță, se spală, se toacă mărunt și se pun într-un vas cu ulei pe foc. Se amestecă cu o lingură de lemn pînă ce se înmoaie bine, apoi se introduc bamele și se coacesc ușor, amestecîndu-le cu mare atenție pentru ca să nu se sfărîme. Se adaugă și ulei de roși pregătite ca și pentru cerealele conservate și se potriveste de sare și piper. După ațeya clocote, mîncarea de bame este gata și se pune imediat fierbinte, în borcane. La fiecare borcan se adaugă cîte un vîrf de cuțit de conservant adăugat în puțină apă caldă. Se închid borcanele și se sterilizează 20 minute în prima zi, iar a doua zi 10 minute.

Cînd se desface un borcan, se răstoarnă conținutul pe o farfurie lungă și se presară deasupra pătrunjel verde spălat și tocat mărunt. Se servește rece sau după preferință, se poate încălzi ușor, fără să dea în clocote, pentru ca bamele să rămîină întregi.



## Pătlașele vinete à la grec

2-3 kg vinete, 500 ml ulei, 1,5 kg roși, usturoi, 1-2 legături pătrunjel, sare, piper.

Se aleg vinete potrivite de mari și proaspete. Se curăță cîte o fișie din coajă, ca și la cele care se conserve de vinete, se taie felii groase de 1 cm, care se așază într-un vas și se presară cu sare și se lasă jumătate de oră. Între timp se prepară sucul de roș după explicațiile date. După ce vinetele și-au lăsat zeama amară, se spală și se storc bine într-un șervet foarte curat. Se toarnă ulei într-un vas și se prăjește felile de vinete pe ambele părți pînă se înmoaie. Separat se curăță și se toacă cîtiva căței de usturoi. Într-o cratiță mai mare se toarnă puțin ulei, se așază vinetele și deasupra se presară usturoiul tocat mărunt. Peste vinete se pune sucul de roși, pătrunjelul tocat, sare și piper după gust. Se așază arăta pe mașină, peste o tablă la foc mic și se lasă să fiarbă încet pînă ce mai scade. După ce mîncarea este gata se așază în borcane, care se închid și se sterilizează în prima zi 25 minute, iar a doua zi 10-15 minute.

## Pătlașele vinete tocate

Se aleg vinete tinere și foarte proaspete. Se coș, se curăță de coajă cu mîna uscată sau numai puțin înmeda, avînd grijă să nu se ude vinăta cu apă. Vinetele se desfac în șuvițe și se lasă să se scurgă pe o pașetă înmuiată, uscată, care a fost bine spălată și opărită. Se presară cu sare și se

lasă 3-4 ore să se scurgă bine. După ce s-au scurs, se așază în borcane înădîșindu-le cu coada unei linguri de lemn pentru a nu rămîne goluri de aer între șuvițe. Se iau borcane mici în care să încapă o vinăta cel mult două (de preferat cele de mustar) deocîci un borcan început trebuie consumat tot o singură dată, pentru ca se aștepte ocazia toarte ușor. Borcanele se lasă gata pe o pașetă de 2-3 cm. Se șterg apoi cu o vală înmuiată în apă pe margini, în interior și la exterior și se toacă deasupra ulei proaspăt într-un strat cam de un centimetru grosime. Se sterilizează în prima zi 25 de minute, iar a doua zi 10 minute.

Cînd se desface un borcan, se toacă vinetele cu un cuțit de lemn, se adaugă ceapa tocată mărunt și ulei proaspăt, se amestecă bine cu o lingură de lemn, se potrivește de sare și piper. Unele persoane adaugă la vinetele tocate, cînd sînt gata preparate și o lingură de zeamă de țămie.

## Fasole în ulei I

5 kg fasole țucară sau verde, 3 kg roși, 1 l ulei, 2 legături pătrunjel, sare, piper.

Se curăță fasolea, se spală și se lasă să se scurgă bine de apă. Roșii se spală, se opăresc și se curăță de pielea, după care se taie felii subțiri într-un vas. Pătrunjelul se cuțită, se spală și se toacă mărunt. Într-o cratiță mare se toarnă mai mult o parte din ulei. Apa se așază un rînd de fasole, unul de roși și se presară deasupra pătrunjelul. Se repetă această

operație pînă se termină fasolea și roșiile. Deasupra se toarnă restul de ulei și se lasă cratita pe oară pe marginea masinii, pînă ce roșiile și-au lăsat zeama. Se așază apoi cratita (acoperită) pe aragaz, peste o tablă, la un foc potrivit. Cînd începe să clocotească se ajută cratita cu o lingură de lemn pentru a nu se prinde de fund. Se pot adăuga carne și piper și cînd păstăile sînt bine fierte și zeama a scăzut, se dă jos de pe foc se lasă să se mai răcească și se așază în borcane. Se șterg margiile, se închid borcanele ermetice și se sterilizează 30 de minute în prima zi și 15 minute a doua zi.

Această conservă se poate păstra pentru iarnă și fără să fie sterilizate borcanele. În acest caz, se pune fasolea fierbîntă în borcane, care se închid imediat și se înfășoară în pături groase, unde se lasă o zi, chiar două, pînă ce s-au răcit perfect. Acest procedeu se recomandă numai în cazul în care borcanele se pot păstra într-o cameră sau într-o pivniță rece uscată și bine aerisită.

## Fasole în ulei II

7 kg fasole grasă (ală), 5 kg roși, 1 kg ceapă, 1 l ulei, 2 legături pătrunjel, sare, piper.

Se curată ceapa, se spală și se taie în felii subțiri. Se încălzește într-un vas mare jumătate din cantitatea de ulei, se pune ceapa și se amestecă bine pînă ce se înmoaie. Se adaugă păstăile de fasole

care au fost curățate, rupte în două, spălate și scurse bine de apă. Se amestecă împreună, apoi se adaugă restul de ulei și se acoperă cu un capac pentru a se răbuși bine. Se intervine din cînd în cînd cu o lingură de omni și cînd fasolea este aproape gata, se pun roșiile spălate și tăiate în felii subțiri. Se mai lasă să fiarbă, la foc mic, amestecînd ușor, cu lingura, pentru a nu se sfărîma fasolea. Între timp se presară deasupra pătrunjelul verde, spălat și tocat mărunt și se potriveste de sare și piper. Cînd fasolea este complet fiartă sosul a scăzut și s-a ridicat uleiul deasupra, încălzeala este gata și se dă jos de pe foc. Se lasă să se mai răcească și se pune în borcane. Se sterilizează în prima zi 30 minute și a doua zi 10-15 minute.

## Ghiveci

Se pregătesc legume proaspete, tîndere, după cum urmează: fasole verde, mazăre, bame, conopidă, pătlăgele vinete, dovlecei, varza, ardei gras, morcov, pătrunjel, țelină, rădăcini de apă, pătrunjel verde, mărar. Pasta de fasole se curată, se spală și se lasă să se scurgă, bonbele de mazăre se curătesc, apa clocotă și sara timp de 15-20 minute, bamele se curată, se spală și se opăresc cu borș, în care se adaugă un vîrf de cuțit sare de lămîie (în cazul cînd borșul nu este suficient de acru) și se lasă 3-5 minute. Conopida, desfăcută în buchețele, se ține într-un vas cu apă să-



rotă 10-15 minute, după care se spală și se opărește 3-4 minute; vinetele se curăță, se taie în bucăți potrivit de mari, se țiază în un vas și se adaugă sare și ulei pe ambele părți, până ce se înmoaie. Dacă se are nevoie de pești (dacă sunt mai mari), se taie felii și se opăresc 2-3 minute, apoi se gătesc în supă, se opăresc 2-3 minute, iar morcovii, tăiați în felii subțiri, 20-25 minute. Rădăcinile de pătrunjel și lemnul, de asemenea, tăiate în felii subțiri, se opăresc 10-15 minute. Pătrunjelul verde și mărarul se toacă mărunt, iar ceapa se taie sub formă de peștișori. Din roși se prepară un suc mai concentrat la care se adaugă sare după gust.

Într-un vas mai mare se pune ulei și se rumenește ușor ceapa. Se adaugă fasolea se amestecă și se lasă 20-25 minute până ce se înăbușă bine (vasul fiind acoperit). În acest timp, cratița se mșcă din când în când, se mai intervine și cu o lingură de smântână, ca să nu se prindă conținutul de vas. Se adaugă apoi, treptat și celelalte legume, amestecându-le ușor cu o lingură de smântână. Dacă mai este necesar se mai adaugă ulei, iar dacă legumele nu sunt suficient de fierte se poate turna puțină apă din cea în care au fost opărite. Când ghiveciul este bine scăzut și legumele aproape fierte, se adaugă suc de

roși. După câteva clipe se presară deasupra pătrunjel și mărar și se potrivește de sare și piper. Se ia de pe foc și se lasă să se răcească; se pune în borcane lăsând un spațiu gol de 2 cm. Se sterilizează în prima zi 25-30 minute și a doua zi 10-15 minute.

### Aperitiv din gogoșari și roși

25 kg roși, 20 gogoșari, 4-5 cope, 1 pahar ulei, frunze de țelină, sare, piper.

Gogoșari și roși se spală, se lasă să se scurgă bine de apă și se taie în felii subțiri. Separat, într-o cratiță, se toarnă ulei și când s-a încălzit se pune ceapa care a fost curățată, spălată și tocată mărunt. Se amestecă conținutul cu o lingură de smântână până ce devine aurie, când se adaugă gogoșari și roși tăiate felii. Se acoperă cratița și se lasă la foc potrivit până ce gogoșarii se înmoaie. Se scoate capacul, se adaugă frunze de țelină tocate mărunt, se potrivește de sare și piper și se lasă să mai scadă la foc mic. Din când în când se agită cratița ca să nu se prindă de vas și se intervine ușor cu o lingură de smântână. Când mâncarea a scăzut și uleiul s-a ridicat deasupra, se dă jos de pe foc și se toarnă frunzele în borcane de 1/2 kg. Se învârtă imediat cu celofan și se înfășoară în păături, lăsându-le astfel până ce se răcesc complet când se șterg și se pun la păstrat.

În cazul în care nu avem o pivniță sau o cămară răcoară, borcanele se sterilizează timp de 35 minute.

## Dovlecei în ulei

2 kg dovlecei, 500 ml ulei, 3-4 cepe, 1,5 kg roșii, sare, piper, verdeață.

Se aleg dovleceii tineri, proaspeți și nu prea mari și se curăță rădăcinile, se taie de deasupra și se îndepărtează și micile flori, se lasă întregi, fiindcă sînt mai mari, se taie în bucăți potrivite. Se curăță cepele și se adaugă ceapa tăiată în sferturi și se adaugă și verdeața și piperul și se gătește bine, amestecînd continuu cu o lingură de emn. Se adaugă dovleceii și se gătește ușor după care se pune suc de roșii care a fost pregătită și pentru celelalte conserve. După câteva cliocote, se adaugă verdeața, spănată și tăiată și toată mărunt și se potrivește de sare și piper. Cînd dovleceii sînt bine fierti, fără a fi sfărîmați, și sosul a scăzut se dă jos vasul de pe foc și se lasă să se răcească. Se așază mîncarea în borcane, lăsînd un spațiu gol de 2 cm. Se sterilizează în prima zi 30 minute și a doua zi 10 minute.

## Pătlașele vinete împănate (imambaialdi)

15 vinete mai mici, 6-7 cepe potrivite cu mărime 3-4 cepe, 2 radacini de pătrunjel, 1 tel. a. 3 ardei grași, 500 ml ulei, 1,5-2 kg roșii, 1 capatina de usturoi, 1 legătură de marar, 1 legătură de pătrunjel.

Se taie cînd lele vinetele și apoi se curăță și se taie de coajă cînd sînt încă în viață. Se crestatează în patru, fiecare vinetă, fără a o desface pînă la capăt așa năit sferturile să fie unite la ambele capete. Se pun într-un vas, se presară cu

sare și se lasă o oră ca să se scurgă zeama amară. Între timp se toacă ceapa și se tăie bușă într-un vas cu ulei. Se curăță și se spală și se toacă mărunt zarzavatu (morcov, pătrunjel, țelină și ardei gras). Cînd ceapa s-a înmuiat, se adaugă și zarzavatul și se continuă să se gătească în vasul acoperit cu un capac. Cînd s-a înmuiat și toate zarzavaturile se ia vasul de pe foc și se lasă să se răcească. Se curăță și se taie usturoii, se toacă mărunt sau se zdrobesc bine și se amestecă cu zarzavatu. Se scoat vinetele din vas, se spală și se storsă într-un șervet curat. Se prădesc apoi ușor în ulei, pe ambele părți pînă ce se înmoaie. Se umplu vinetele, prin despicătură, cu zarzavatul cald și, pentru ca să rămîină întregi, se leagă fiecare la mijloc de țelină opănită. Vinetele astfel legate, se așază într-un vas, peste care se toarnă suc de roșii. Se pune vasul pe foc și după câteva cliocote se presară pătrunjel și mărur tocat și se potrivește de sare și piper. Cînd vinetele sînt gata, se dă vasul jos de pe foc, se lasă să se mai răcească și se așază în borcane, lăsînd un spațiu liber de 1,5-2 cm. Se sterilizează în prima zi 30-35 minute și a doua zi 10-15 minute.

## Pătlașele vinete impanate II

12 vinete mai mici, 3-4 cepe mijlocii, 5-6 căței de usturoi, 2 pahare ulei, 1,5 kg roșii, 1 legătură marar, 1 legătură pătrunjel.

Vinetele, crestate în patru pe lungime, pregătite ca în prima rețetă, se așază într-un vas presărate cu sare, unde se lasă o oră ca să se scurgă bine zeama

amara. Între timp se că este ceapa, amestecând cu o lingură de lemn pînă ce devine aurie. Se scot vinetele din sare, se spală și se opăresc în apă clocotită timp de 8-10 minute. Se storc apoi într-un șervet foarte curat și se împănează cu câte de usturoi tăiați în feluțe subțiri (se înțepă vînată cu vîrfuțu unui cuțit și se introduce cîte o feluță de usturoi). Se procedează tot astfel mai departe, înșurubînd fiecare vînată de jur împrejur. Se încălzește restul de ulei într-un vas și se introduce vinetele și se călesc întorcîndu-le pe toate părțile pînă ce se înmoaie. Se așază apoi într-o cratiță, se adaugă ceapa călătită trecută printr-o sită și se lasă să dea cîteva clocote la un foc potrivit, cu vasul acoperit. Cînd vinetele sînt aproape fierte și sosul a scăzut, se toarnă suc de roși. Se potrivește de sare și piper și se presară verdeața tocată mărunt și se mai lasă să dea cîteva clocote. Se așază de pe foc, se lasă să se răcească puțin și se așază vinetele în borcane. Se toarnă deasupra sosul, se închid borcanele lasînd un spațiu liber de 1-2 cm și se sterilizează în prima zi 30-35 minute și a doua zi 10-15 minute.

### Ardei umpluți cu orez

1 kg ardei grași, 2-3 cepe mari, 400 g orez, 300 ml ulei, 1 kg roși.

Se aleg ardei proaspeți, potriviți ca mărime, se curăță, se spală și se lasă să se scurgă, măturîndu-se cu un șervet. Ceapa se taie mărunt și se călzește ușor în ulei. Cînd începe să se înmoaie, se adaugă orezul ales și spălat. Se amestecă pînă cînd ore-

zul începe să se îngăbenească apoi se adaugă puțină apă. Cînd orezul începe să se umfle, se dă jos vasul de pe foc și se adaugă verdeața tăiată mărunt. Se potrivește de sare și piper și se umplu ardeii, țara a-i îndesa, deoarece orezul prin fierbere își mărește volumul. Fiecare ardei se închide cu cîte o feluță de roșie. Ardeii umpluți se călesc apoi ușor în ulei întorcîndu-i pe toate părțile. Se scot și se așază vertical, cu deschizătura în sus, într-o cratiță, unul înșurubit. Deasupra se adaugă suc de roși amestecat cu sare și piper. Se așază cratița pe aragaz, avînd o tablă dedesubt, sau în cuptor la un foc potrivit. Cînd orezul este fiert și lichidul a mai scăzut, se dă jos cratița și se lasă să se mai răcească, după care ardeii se așază în borcane, punînd deasupra sosul. Se sterilizează în prima zi 30 minute, iar a doua zi 15 minute.

### Roși umplute cu orez

2 kg roși pentru umplut, potrivite ca mărime, 2-3 cepe mari, 500 g orez, 300 ml ulei, 1 kg roși pentru suc.

Se aleg roși rotunde, nu prea mari, proaspete și tari. Se scot codițele și în locurile lor se taie un cîmpăcel, pe unde se scoate miezul și semințele cu atenție, pentru a rămîne întregi. Se așază apoi fiecare roșie pe o tavă, cu gura în jos, pentru a se scurge zeama, după care se umplu cu orezul care a fost pregătit ca și la ardeii umpluți. Se pun apoi, într-o cratiță, una înșurubită, turnînd deasupra suc de roși pregătit mai înainte, la care s-au folosit



și mizer e scoase de la roș. Se stropesc cu ulei și se pun la foc mic să dea în câteva ciocote. Se ia vasul de pe foc, se lasă să se răcească puțin și se așază în borcane, turnând deasupra sosul. Se sterilizează în prima zi 30 minute, iar în a doua zi 15 minute.

## Roșii umplute cu ciuperci

15-16 roșii mijlocii, 1 kg ciuperci, 5-6 cepe, 8-10 linguri ulei, 1 căpățână de usturoi, 2 legături de patrunjel, 2 legături de mărar, 1 kg roșii pentru suc.

Se pregătesc roșiile ca în rețeta anterioară și se așază să se scurgă. Se aleg ciupercile proaspete, se curăță, se spală în mai multe ape și se toacă în bucăți subțiri. Se taie ceapa mărunt și se călește. Când s-a îngăbenit, se adaugă ciupercile și se lasă să scada, la un foc potrivit, vasul fiind așezat peste o tablă. Când ciupercile sunt aproape fierte și zeama a mai scăzut se adaugă câteva cate de usturoi tocați mărunți. După alte câteva ciocote se presara verdețta mărunțită și se potriveste de sare și piper. Când ciupercile sunt bine scuzate se dau jos de pe foc, se lasă să se mai răcească și se umplu roșiile. Se așază apoi într-un vas mare, mare, una lângă alta, se toarnă sucul de roșii și 4-5 linguri de ulei. Se pune vasul pe foc sau în cuptor la un foc potrivit să mai dea câteva ciocote. După ce sunt gata, se lasă să se răcească și se pun în borcane. Se sterilizează în prima zi 25 minute, iar a doua zi 10 minute.

## Praz cu măsline în sos de roșii

2 kg praz, 100 g măsline, 400 ml ulei, 1,5-2 kg roșii pentru suc.

Se curăță prazul oprind numai partea albă. Se spală, se taie în bucăți potrivit de mari (4-5 cm) și se opărește în apă clocotită 3-4 minute, după care se scoate și se lasă să se scurgă de apă. Se încălzește uleiul într-un vas și se introduce prazul, amestecând până ce începe să se îngăbenască. Se scot bucățile de praz, se pun într-o cratiță mare, adăugând măslinele (care au fost crestate și opărite în apă clocotită) și puțină apă din cea în care a fost opărit prazul. Se așază cratița la un foc potrivit, peste o labă, sa țiarba încet. Când este aproape gata (când prazul s-a înmuiat) se adaugă o lingură de otet și sucul de roșii. Se lasă să dea câteva ciocote și se potriveste de sare și piper. Se ia vasul de pe foc, se lasă să se mai răcească minoarea, după care se pune în borcane potrivit de mari. Se sterilizează în prima zi 35-40 minute, iar a doua zi 10-15 minute.

Se servește pe un platou, garnisită cu pătrunjel tocat mărunț și cu feluțe de omlete curățate de coajă.

## Conopidă fiartă

Se alege conopida proaspătă albă fără pete maronii sau atac de dăunători, cu căpățina îndesată. Se separă în buchetele, având grijă că fiecare să fie prins de o bucățică de cotor, pentru a nu se desface la fiert. Se lasă într-un vas cu apă

sărută circa 30 minute, se scote, se spală bine cu apă rece, sub un jet, și se opărește cu apă fiartă în care s-au pus 10 g sare de bucătărie și 1 g sare de lămiș sau o lingură de oțet la un litru apă. Datorită sării de lămiș, conopida își păstrează culoarea albă, frumoasă. După ce a fost opărită, se spală cu apă rece, se lasă să se scurgă și se așază în borcane, căutînd să ocupe cît mai bine spațiul. Borcanele se mprez cu apă srată după gust. Dacă n s-a adăugat 1 g sare de lămiș sau o lingură de oțet. Se sterilizează 20 minute în prima zi și 10 minute a doua zi. Se servește ca o garnitură la diferite mîncăruri și fripturi sau se încălzește în zeamă pînă la punctul de fierbere, se strecoară și se servește cu unt topt și cu pesmet. Zeama în care a fost conservată se folosește la prepararea supelor sau a ciorbelor.

## Mincare de gogoșari

3 kg gogoșari roșii, 500 g ardei capia, 1 kg roși, 250 g morcovi, 200 ml ulei, 30 g iurean (facultativ), boia de ardei, sare.

Se coc gogoșarii, se asă într-un vas acoperit, presănaț cu sare, circa 30 minute pentru a se aburii și a se curăța mai ușor. Se curăta de pe toată partea și de la mînte și se așază în borcane sterilizate sau tăiați în sferturi. Separat se prepară un sos din roșiile și ardeii capia tăiați în bucăți mari și înăbușiți într-un vas acoperit cu capac (în suc propriu), dați prin strecurătoare și din morcovii înăbușiți separat cu puțină apă, pasată, de asemenea, prin strecurătoare. Sosul rezultat se fierbe

în ulei, adăugîndu se boia de ardei și, după gust, iurean ras pe răzătoarea mică. Se toarna în borcane peste gogoșari. Borcanele se sterilizează 35 minute în prima zi și 20 minute în cea de-a doua zi sau 90 minute în prima zi.

## Sos picant din ardei

3 kg ardei capia, 15 kg roși 5-10 ardei uși, 150 ml ulei, pătrunjel verde, usturoi, sare, zahăr, după gust.

Se prepară un suc de roși în care se fierb ardei capia și cei uși, tăiați în bucăți potrivite de măr. Cînd ardeii sînt bine fierți se pasează printr-o strecurătoare împreună cu sucul de roși. În acest rezultat se adaugă ulei, zahăr, sare, usturoi tăiat mărunt și pătrunjel verde. Se sterilizează în prima zi 35-40 minute și 25-30 minute a doua zi, sau circa 60-90 minute numai în prima zi, în funcție de capacitatea borcanelor. Se servește la fripturi, cartofi prăjiți etc. Este bine să se pună în borcane mai mici al căror conținut se consumă la o masă.

## Mincare de vinete

1 kg vinete, 1 kg roși, 250 g ceapă, 2-3 linguri otet 1-2 linguri zahăr, 300 ml ulei, piper, pătrunjel verde, foi de dafin, sare.

Se așază vinetele tîrîre și proaspete, tîrîse mîre. Se curăță se spală și se taie rondele groase de 1-1,5 cm, care se sărează (50 g sare la 1 kg vinete) și se asă pe o tavă înclinată ca să se poată scurge

zeama amară. După 1—2 ore se spală cu apă rece și se scurg bine pe un șervet foarte curat. Când sînt bine zvîntate, se rumenesc pe rînd în ulei. Din roși se prepară un suc mai concentrat, procedînd ca la celelalte vinete. Sucul obținut se pune la fiert. Când s-a cîntărit, se cîntărească sucul și se adaugă sare și usturoi în bușila obișnuită. Se fierbe de 5—10 minute, în care se adaugă dafin. După 5—10 minute se pun și vinetele rumenite și când sînt aproape gătite se presara puțin uleiul înțeles. Când sînt gătite se scază și se așază în borcane mici, împărțind în mod egal bucățile de vinete și sosul. Borcanele se închid cu două rînduri de celofan și se sterilizează 35 minute în prima zi și 15 minute în ziua a doua sau 60 minute o singură dată.

## Tocană de ciuperci

2 kg ciuperci, 12-14 ardei, 12-14 gogoșari, 700-800 g ceapă, 4 kg roși, 650 ml ulei, foi de dafin, sare, zahăr după gust.

Ciupercile măse se spală, se curăță și se fierb în apă cu sare 20 minute. Gogoșarii și ardeii se coace și se așază într-un vas acoperit, presărînd puțină sare, unde se așază ca 30 minute. Se curăță de pielea, semînța și cotoarele și se taie în bucăți sau mai înguste după placere. Din ardei se prepară un suc mai concentrat, ca o smîntînă, procedînd ca la celelalte vinete. Ceapa se toacă și se înăbușă în ulei. Se amestecă toate ingredientele, compozitia se fierbe la foc mic și se așază într-o cratiță la fiert. Când a scăzut se

adaugă foi de dafin și puțin zahăr apoi se așază în borcane care se închid cu celofan dublu și se sterilizează 30 minute în prima zi și 10 minute a doua zi sau 50-60 minute o singură dată.

## Ciuperci în ulei I

Se recomandă pentru a fi conservate în ulei, ciupercile albe de cîmpie sau de pădure. Se aleg proaspete, albe cuese. Se curăță de gunoare și de pămînt cu o periuță se spală bine, după care se opăresc 20 minute în apă sărată și acrită cu sare de lămîie după gust. Se scurg într-o strecurătoare, se așază în borcane mici și se sarează după gust. Se presara între ele boabe de piper, foi de dafin și enibahar. Se încălzește uleiul și se toarnă fierbinte de asupra în așa fel încît să acopere complet ciupercile. Borcanele se închid cu două rînduri de celofan și se așază la un loc uscat și rece. Ciupercile conservate astfel se pot păstra numai temporar. Pentru mai mult timp, borcanele închise ermetic se sterilizează timp de 60-70 minute.

## Ciuperci în ulei II

Se aleg ciuperci frumoase, mici, albe și proaspete. Se curăță de pămînt și se taie pe ciorul despărțindu-le de pălării. Când pălăriile sînt prea mari, se taie în două și chiar în patru. După ce s-au spălat bine se pun în apă cîcoteală în care s-au adăugat 20 g sare, 5 g sare de lămîie, 1-2 foi de dafin, 10-12 boabe de piper la un litru



de apă și se lasă să fiarbă, la un foc tare, 6-10 minute. După ce au fiert, se strecoară imediat (fierbânt). După ce s-au răcit, se așază într-un castron cu puțină sare și ulei și se amestecă ușor cu o lingură de lemn. Se pun apoi ciupercile în borcane potrivite de mărime, lasându-le deasupra un spațiu gol de 1,5-2 cm. Se umplu borcanele cu vin și se închid cu două rânduri de celofan protejându-le și de aer și de eventuale conserve. Se așază borcanele într-o cameră rece unde se pot păstra 3-4 ani. Dacă însă timpul de păstrare se prelungeste, sau camera este caldă, este necesar să se sterilizeze borcanele timp de 60-70 minute.

### Ciuperci în sos tomat

600 g ciuperci, 400 ml suc de roșii, 60 ml ulei, 20 g zahăr, sare, după gust.

Ciupercile curățate și foarte bine spălate, după ce s-au scurs de apă, se înăbușă în ulei până ce se înmoale. Separat se pregătește un suc de roșii, gros ca o smântână în care se adaugă sarea, zahărul și ciupercile nabușite. Cine dorește poate adăuga puțin oțet, după gust și foi de dafin. După ce a dat un clocot se așază în borcane care se închid cu două rânduri de celofan și se sterilizează 70-80 minute.

### Ciuperci înăbușite

3 kg ciuperci, 2-3 ceapă, 150 ml ulei, sare, piper.

Se aleg ciuperci proaspete și sănătoase. Se curăță și se spală bine. Când sînt prea mari, se taie în jumătăți sau chiar în sfer-

turi. Se sarează, se adaugă ceapa tăiată în solzișori și se înăbușă în ulei până ce se înmoale. Se pun și boabele de piper și apoi se toarnă încă fierbînt în borcane. Se închid borcanele cu două rânduri de celofan și se sterilizează 70-80 minute.

### Ciuperci în sos de vin

Ciupercile curățate și bine spălate se introduc într-un vas cu apă clocotită în care s-au dizolvat 20 g sare și 5 g sare de amoniac la 1 litru de apă. Sarea de amoniac împiedică înălbirea ciupercilor. Ciupercile se așază în borcane. Deasupra se toarnă vin alb îndoit cu apă și sărat (20 g sare la 1 litru vin). Borcanele se închid și se sterilizează 70-80 minute.

### Salată de ciuperci

5 kg ciuperci, 250 g ceapă, 150 ml ulei, 2,5 l apă, 75 g sare, 150 ml oțet, foi de dafin, piper.

Se aleg ciuperci tinere, proaspete. Se curăță de impurități și se spală bine sub un jet de apă. Se lasă să se scurgă și se fierb 20 minute în apă clocotită, sărată după gust. După ce au fiert, se lasă să se răcească, se taie în felii și se amestecă cu ceapa tăiată marunt cu uleiul, oțetul, apa, sarea și condimentele. Se pun în borcane care se închid cu celofan și se sterilizează 60 minute.

### Supă de ciuperci

Pentru supă se pot folosi codițe și resturi rămase de la ciupercile așezate pentru alte conserve. Se curăță, se spală și se fierb

În zeama or 20-25. Se scurg și se fierb încă odată cu apă cît să le acopere. Această apă se amestecă cu prima scursă din ciuperci. Se storn apoi ciupercile într-un tifon pentru a mai scurge zeama pe care o mai conțin. În zeama rezultată se pune sare după gust și se așază într-un vas să fiarbă pînă ce mai scade și se îngroașă. Cînd este aproape rece, se toarnă în sticle, se acoperă și se sterilizează: sticle de 1 litru, 60 minute; cele de 1/2 litru, 40 minute. Cînd este necesar ca aceste supe să se pastreze mai mult timp, trebuie să se facă și cea de-a doua sterilizare timp de 20 minute.

## Ciuperci marinate I

Pentru marinare se recomandă următoarele specii: mînatârca, mînatârca de mesteacăn, gheba de pădure, hulubița, gîrboșul. Se curăță ciuperca, se spală, se așază într-un vas, iar deasupra se toarnă apă rece (0,750 litri la 5 kg ciuperci proaspete, cînd ciupercile au fost culese pe timp poros, cantitatea de apă se reduce la 0,500 litri). Se adaugă sare după gust și deămie și oțet și se pune vasul la fiert. Dacă s-a format deasupra spuma se înalătură apă se adaugă înodencia. Durata fierberii ciupercilor în marinată depinde de felul marmei și gradul de maturitate. Mînatârca de mesteacăn și ciupercile albe se fierb 10-15 minute, iar ciupercile de livadă sau de cultură și ghebe de pădure 20 minute, socotind din momentul în care marinată începe să clocotească. Se apre-

ază cînd sînt fierți ciupercile: cînd cad la fundul vasului și marinată se împerește. Este foarte important să se stabilească cu exactitate momentul în care ciupercile sînt gata, cîci dacă sînt foarte insuficient fermentate, iar cînd sînt prea mult fierți se sterilizează în timpul sterilizării și marinată se închide la conservare. Ciupercile astfel pregătite se așază în borcane, se acoperă cu marinată în care au fiert și se sterilizează timp de 60 minute.

## Ciuperci marinate II

Se spală bine ciupercile și se fierb în apă ușor sărată: mînatârca 10 minute, gîrboșul 15 minute, iar celelalte specii circa 8 minute. Se lasă ciupercile să se răcească și să se scurgă de apă, apoi se așază în borcane. Se fierb într-un vas 1 litru de apă, 300 ml oțet, foale de dafin, cuișoare, piper, enibahar și sare după gust. Cînd s-a răcit se toarnă în borcane peste ciuperci. Borcanele se sterilizează circa 30-40 minute, după mărimea lor.

## Rasol de ciuperci

3 kg ciuperci, 3 căpățîni de usturoi, 3 linguri de oțet, 3 linguri de ulei, sare.

Ciupercile se fierb circa 15 minute în apă sărată după gust. Se strecoară și se lasă să se răcească. Separat se prepară un sos din usturoi, piper, oțet, ulei și apă și ciupercile se așază în borcane potrivite ca mărime și deasupra se toarnă sosul preparat. Se sterilizează 90 minute. Se păstrează la rece.

## Piure de ciuperci

Pentru piure sînt bune mai cu seamă ghebele care se găsesc abundent la toamnă. Ciupercile bine curățate și spălate se fierc în apă sărată două ore. Se scurg de apă, se asă și se rotesc și se dau prin mașina de tocat. Piureul obținut se condimentează cu sare și piper și se adaugă o ceașcă de apă (o ceașcă de ceașcă) sare și piper după gust. Se amestecă bine compoziția și se pune în borcane potrivite de mari lăsînd un spațiu gol de circa 3 cm. Se sterilizează 120 minute. Borcanele (închise ermetic) se pot pune într-o tavă care se ține la cuptor, la foc mic, circa trei ore.

## Pastă de ciuperci

2 kg ciuperci, 250 g ceapă, 300 ml ulei, sare, piper.

Ciupercile curățate și bine spălate se lasă să se scurgă de apă și se dau prin mașina de tocat împreună cu ceapa. Pasta obținută se pune la fiert cu o ceașcă de apă (200 ml), sare și piper după gust amestecînd continuu pentru ca să nu se prindă de vas și să se afume. Cînd dă în primul clocot, se ia de pe foc și se pune fierbînt în borcane încălzite în prealabil. Se sterilizează 90 minute. Atît piure cît și pasta de ciuperci se pot consuma ca atare sub formă de sandvici sau se folosesc la ouă umplute, tocane etc.

## Țelină cu ciuperci

1 kg țelină, 300 g ciuperci, 2-3 cepe, 300 ml ulei, 1-1/5 kg roși, 2 cești (de cafea) cu vin.

Se alege țelina proaspătă, nu prea mare și cu puține rădăcini fibroase. Se curată bine de coajă (destul de adînc), se taie în două pe lung, apoi fiecare jumătate în felii groase de 0,5-1 cm care se spală și opăresc în apă clocotită cu sare, 5-10 minute pînă ce se înmoaie, se scot și se așază pe o strecurătoare să se scurgă. Între timp se călesc cepele tocate mărunt. Cînd ceapa s-a îngălbinit se pun felii de țelină și se amestecă ușor pînă ce acestea s-au călit puțin. Se adaugă apoi două cești de vin alb sau roșu și două cești de apă în care a fost opărită țelina sau dacă se poate, zeamă de carne. Se lasă să fiarbă la un foc potrivit, pe tavă ca să nu se prindă de vas. După cîteva clocote se adaugă și ciupercile, bine spălate și tăiate feliițe. Cînd mîncarea este aproape gata se toarnă suc de roși preparat ca la celelalte rețete, scuzut ca o smîntînă se mai adaugă restul de ulei, pătrunjel tocat, cimbru și o frunză sau două de dafin. Se potriveste de sare și piper și se mai asă să dea două, trei clocote, după care se dă jos vasul de pe foc. După ce mîncarea s-a mai răcit se așază felile de țelină, unele peste altele, în borcane printre ele ciupercile, iar deasupra se toarnă sosul. Se sterilizează în prima fază 30 minute și a doua fază 10-15 minute.



## Minătărci în ulei

1 kg minătărci, 2-3 cepe, 400 ml ulei, 1,5-2 kg roși.

Se aleg minătărci proaspete, fără vermi, se curată de codițe, se spală și se lasă pe o sită să se scurgă bine de apă. Ceapa tocată foarte mărunț, se călește în ulei amestecând cu o lingură de lemn și când s-a îngălbenit se adaugă minătărcile tălate în șuvițe și se înăbușă bine, acoperind vasul cu un capac. Se lasă să fiarbă împreună până ce mai scade apa pe care au lăsat-o minătărcile. Când sosul a scăzut se adaugă sucul de roși mai gros ca o smântină. După câteva cliocote se potrivește de sare și piper, adăugând și verdețu tocată mărunț. Când sosul a scăzut și uleiul s-a ridicat deasupra minătărcii este gata. Se lasă să se răcească și se toarnă în borcane, lăsând un spațiu liber de 1,5-2 cm. Se sterilizează în prima zi timp de 40 minute iar a doua zi 25 minute.

## Zacuscă I

3 vinete mari, 2 1/2 kg roși, 5 ardei grași, 300 ml (1 pahar mare) ulei, 1 căpășină usturoi, pătrunjă verde, sare, piper.

Se coc vinetele, se curată, se desfac în șuvițe și se așază pe o planșetă înclătă ca să se scurgă zeama amară, unde se lasă o oră două. Roșiile se opăresc în apă clocotită, pentru a se putea îndepărta cu mai multă ușurință pelitele. Apoi se taie felii. Ardeii se coc și se curată de pelite, cotoare și semințe și se taie în șuvițe nu prea groase. Separat într-o cratiță, se toarnă jumătate din cantitatea de ulei și

se pun egumele. Mai întâi se așază un strat de vinete apoi felii de roșii, peste care se presară pătrunjel tocat și usturoi zdrobit. Se repetă această operație până ce se termină legumele, când se toarnă pe deasupra și restul de ulei. Se pune cratița pe o tablă de vințoc potrivită, unde se lasă să fiarbă până ce scade toată zeama pe care au lăsat-o roșiile. După ce a mai scăzut, se potrivește de sare și piper. Când sosul s-a îngroșat și uleiul se alege deasupra, zacusca este gata și se dă jos de pe foc. Se toarnă fierbinte în borcane mai mici, lăsând un spațiu gol de 2 cm din marginea borcanului. În fiecare borcan deasupra se pune câte o lingură de ulei fierbinte. Se sterilizează în prima zi 20-25 minute, iar în a doua zi 10 minute. Se pot steriliza și prin alta metodă. Borcanele fierbinte se înfășoară imediat în pătură de lână și se pun între perne, pentru a se conserva cât mai bine căldura. Se lasă 1-2 zile până când borcanele se răcesc complet. Zacusca conservată prin această metodă de sterilizare trebuie păstrată în încăperi ceva mai răcoase.

## Zacuscă II

15 vinete mari, 40 gogoșari roși, 10 ardei grași, verzi, 5 kg roși, 1 1/2 kg ceapă, 500 ml ulei (două pahare mari), 1 egășură mare pătrunjă, sare, piper.

Se coc vinetele, se curată, se desfac în șuvițe și se lasă să se scurgă de zeama amară. Se coc gogoșarii și ardeii se curată, se îndalură pelitele, cotoarele și se taie în șuvițe nu prea groase. Din roși se prepară un suc mai gros

Se curăță ceapa, se spală, se toacă mărunt și se înabuşă la foc mic cu o parte din ulei, amestecând cu o lingură de lemn. Când ceapa s-a înmuiat, se pun gogoşarii și ardei. și se coace puțin, după care se adaugă vinetele. Se amestecă totul ușor, se toarnă restul de ulei și suc de roșii și se presară puțin piper. Se potrivește de sare și piper. Iar după câteva cliete, când sucul a scăzut și uleiul a ieșit la suprafață, zacusca este gata. Se toarnă fierbinte în borcane mici. Se sterilizează procedând ca la rețeta „Zacuscă I”.

### Zacuscă III

12-14 vinete mari, 50 gogoşari roșii, 15 ardei grași, 5 kg roșii, 2 kg ceapă, 1 litru ulei, sare, foaie de dafin, boabe de piper

Se coc vinetele, se curăță și se lasă să se scurgă zeama amară. Gogoşarii și ardei, se curăță de cotoare și de semințe, se spală, se trec apoi prin mașina de tocat carne și se pun într-un vas la foc mic, unde se lasă să fiarbă până ce mai scode zeama. Din roșii se prepară un suc de consistența unei smântini groase.

Într-un vas mare, se toarnă uleiul și se înabuşă ceapa tocată mărunt până ce se înmoaie. Se adaugă gogoşarii cu ardei, apoi vinetele, care, după ce s-au scurs de zeamă, au fost tocate cu un cutit de lemn special. Vasul trebuie pus la un foc potrivit, peste o tablă și zacusca se amestecă continuu cu o lingură de lemn pentru a nu se prinde de vas. Spre sfârșit se pune suc de roșii și după câteva cliete se adaugă 2-3 foaie de dafin, boabe de

piper și se potrivește de sare. Se lasă să scada zacusca bine până ce se îngroașă și se adaugă uleiul deasupra. Se acoperă vasul de pe foc și se toarnă zacusca fierbinte în borcane. Se sterilizează procedând ca la rețeta „Zacuscă I”.

### Zacuscă IV

4 kg roșii, 4 cepe mari, 4 morcovi mici, 15 ardei capri, 15 gogoşari, 1/2 litru ulei, sare și piper după gust.

Se taie ceapa în peștișori și se aşază într-un vas cu ulei, pe foc. Se adaugă morcovii curățați și roșii pe partea mică a răzătoare, călîndu-se până ce se înmoaie. Din roșii se prepară un suc care se lasă să mai scadă la un foc mic. Se coc ardei și gogoşarii, se curăță de pelițe, se taie în șuvițe și se pun peste ceapă și morcovi. Se adaugă sucul, sare și piper după gust și se lasă să scadă bine. Când se ridică uleiul deasupra, zacusca este gata și se pune imediat în borcane, care, în prealabil, au fost încălzite în cuptor. În continuare se procedează ca la rețeta „Zacuscă I”.

### Zacuscă cu măsline I

2 kg gogoşari, 2 kg ardei grași, 1 1/2 kg ceapă, 400 ml ulei, 250 g măsline, 3 linguri bulion, sare și piper

Se taie ceapa peștișor și se înabuşă puțin în ulei, adăugînd ardei și gogoşarii, copți, curățați și trecuți prin mașina de tocat. Când legumele sînt pe jumătate fierte, se adaugă măslinele scălate și crestate și bulionul. Se amestecă ușor cu o lingură

de lemn și cînd totul este bine fiert și sosul scăzut, se potrivește de sare și piper. Cînd se ridă ca untul deasupra zacusca este gata și se pune fierbîntă în borcane. În rest se procedează ca la rețeta „Zacuscă I”.

## Zacuscă cu măsline II

3 kg ardei grași verzi, 2 1/2 kg roșii, 1/2 kg morcovi, 1 kg ceapă, 300 g măsline, 350 ml ulei.

Se curată ceapa și morcovii și se ridă pe partea mare a răzătoarei. Se pune un vas cu ulei pe foc în care se călesc ceapa și morcovii, amestecînd bine cu o lingură de lemn pînă ce se înmoaie. Ardeii se spală și se curată de cotoare și de semințe și se taie în șuvițe. Roșiile spălate se taie felii și măslinele. Se așază apoi legumele în borcane potrivit de mari, începînd cu ardeii apoi ceapa și morcovii, urmează roșiile și măslinele, după care se termină tot cu ardeii. La fiecare rînd se presară și puțină sare. Din restul de ulei se toarnă în fiecare borcan cîte 1—2 lingurițe. După ce borcanele s-au umplut, se închid și se sterilizează procedînd ca la rețeta „Zacuscă I”.

## Zacuscă de gogoșari

30 gogoșari, 40 ardei capoi, 4—5 cepe, 500 ml ulei, 2 kg roșii, sare, piper, foi de dafin.

Gogoșarii și ardeii se coc, se curată de semințe și de vinșoare și se taie în bucăți potrivite ca mărime. Ceapa se taie mărunt și se înăbușă în ulei. Cînd a devenit transparentă se adaugă sucul de roșii preparat

ca și celelalte rețete gogoșari și ardei, sare și piper după gust. Se fierbe în cîdamoi pe plită sau în cuptor amestecînd din timp în timp cu o lingură de lemn. Cînd a scăzut și uleiul se ridică deasupra, zacusca este gata. În continuare se procedează ca la rețeta „Zacuscă I”.

## Zacuscă picantă

10 vinete, 10 gogoșari, 4—5 cepe, 500 ml ulei, 5—6 roșii mari, 2 căpățîni de usturoi.

Se coc vinetele, se curată și se așază pe a planșetă încălătă să se scurgă. Gogoșarii se coc, se curată, se lasă să se scurgă, se curată de semințe și de vinșoare și se taie în pătrate. Ceapa se taie mărunt și se călește în ulei pînă cînd devine transparentă. Se adaugă usturoiul curățat și tăiat mărunt sau zarobit, roșiile curățate de pelătăți, tăiate felii, gogoșarii, vinetele, sare și piper după gust. Se lasă să fiarbă pînă cînd scade și uleiul se ridică deasupra. Dacă în timpul fierberii zacusca scade prea mult se poate pune cîte puțină apă ca să, pînă cînd capătă consistența normală. În continuare se procedează ca la rețeta „Zacuscă I”.

## Zacuscă cu miere de albine

50 gogoșari, 25 ardei capoi, 25 ardei grași, 500 g morcovi, 2,5 kg roșii, 1 pahar ulei, 1/2 pahar afet, 1/2 pahar miere de albina, sare, foi de dafin.

Se coc ardeii și gogoșarii, se curată de pelătăți, cotoare și semințe și se lasă să se scurgă. Din roșii se prepară un suc de consistență unei smîntîni mai groase. Mor-



covul se rade pe răzătoarea mică și se fierbe împreună cu uleiul, oțetul, mierea de albine, foliile de dafin și sare după gust. În sucul clocotit se adaugă gogoșari și ardei tați și ușițe și compoziția cu morcov fiert. Se ține la foc mic, amestecând din când în când cu o lingură de lemn pînă cînd zacusca a scăzut și uleiul începe să se ridice la suprafață. În continuare se procedează ca la rețeta „Zacuscă I”.

### Zacuscă de pătlăgele verzi

3 kg pătlăgele verzi, 2 kg roșii, 1 kg ceapă, 1,500 kg gogoșari, 250 ml ulei, 1 ½ lingurițe zahăr, sare, piper.

Se toacă ceapa mărunt și se înăbușă în 125 ml ulei și puțină apă. Cînd ceapa este bine fiartă, se adaugă gogonelele tărate în rondeli și gogoșarii tărați în felii. Se toarnă în vas restul de ulei, se presară puțin zahăr și se sîrează și pîperează după gust. După 25–30 minute, se adaugă roșiile fierte și strecurate. Se fierbe pînă cînd zacusca este destul de scăzută și uleiul se ridică la suprafață. Cratița se mișcă în timpul fierului cu grijă, sau se amestecă ușor cu o lingură de lemn ca să nu se terculască gogonelele. În continuare se procedează ca la rețeta „Zacuscă I”.

### Zacuscă rapidă

2 kg roșii, 1 kg ceapă, 2 kg gogoșari, 2 kg vinete, 500 ml ulei, 1 lingură concentrat de supă tip Vegeta, piper boabe, piper măcinat, sare, după gust.

Această zacuscă este deosebit de fină și se prepară într-un timp scurt, deoarece toate

legumele se trec prin mașina de tocat pre-vazută cu dispozitivul care se pune la prepararea sucului de roșii. Roșiile se trec prin separator și sucul se fierbe 30 minute într-un vas mai mare în care să încapă toate legumele. Ceapa se trece, de asemenea, prin separator și se scurge bine de zeamă și se pune în sucul de roșii în care se fierbe 30 minute. Vinetele se trec prin separator, se scurg bine de suc amar și se pun tot în sucul de roșii cu ceapa, continuîndu-se fierberea tot 30 minute. Se adaugă uleiul și condimentele și se mai lasă să fiarbă cîrca 30 minute, pînă cînd compoziția a scăzut și uleiul începe să se ridice la suprafață. În continuare se procedează ca la rețeta „Zacuscă I”.

### Zacuscă bulgărească

2 kg vinete, 2 kg gogoșari, 2 kg roșii, 1 căpățînă mare de usturoi, 300 ml ulei, foi de dafin, sare, piper.

Legumele alese se curăță, se spală și se pregătesc după cum urmează. Vinetele se curăță de coajă, așînd din distanță în distanță suvițe în lung de 2 cm, necurățate și se taie în rondeli groase de 2–2,5 cm. Apoi se taie fiecare rondelă în 5 părți, sau în jumătăți și se așază în apă cu sare (la 1 litru apă 1/2 lingură sare) unde se lasă 1–2 ore ca să-și lase sucul amar. Roșiile se opăresc, se introduc meciat în apă rece după care se scot pe lită și se taie în rondeli de 2–3 cm. Gogoșarii se curăță de cotoare și semințe și se taie în sferturi. Usturoiul (curățat) se taie fiecare cățel în două sau în trei, în

lungime. Legumele astfel pregătite se aşază într-o cratiță de 4-5 kg după cum urmează: se toarnă puțin ulei în fundul vasului și se pun gogoșarii, urmează apoi vinețele, împozite în apă rece, și ne sturse și usturoiul iar deasupra se aşază felile de roș. În timpul așezării trebuie avut grijă ca fiecare strat de legume să fie gros de 2-3 cm. Se toarnă uleiul și condimentele și se introduce vasul în cuptor la un foc tare, iar după 25-30 minute se începe a fierbe. Zacusca este gata când a scăzut și uleiul s-a ridicat la suprafață. În continuare se procedează ca la rețeta „Zacusca I”.

### Zacuscă de ciuperci

3 kg ciuperci proaspete sau 400 g ciuperci uscate, 5 kg gogoșari, 3 kg roșii, 1 kg ceapă, 1 l ulei sare, piper.

Ciupercile se fierb 30 minute în apă sărată după gust. Se scurg de apă se lasă să se răcească și se dau prin mașina de tocat. Dacă se folosesc ciuperci uscate acestea se spală, se lasă în apă rece circa 30 minute ca să se hidrateze și apoi se fierb 30 minute procedând ca la cele proaspete. Gogoșarii se toacă în patru, se curăță de semințe și de vin șoare și se călesc ușor în ulei. Se lasă să se răcească și se dau prin mașina de tocat. În ulei rămas se călește ceapa tocată mărunt care se lasă să se răcească și se trece prin mașina de tocat. Din roșii se prepară un suc ceva mai gros care se amestecă cu pasta de gogoșari, ceapa tocată și uleiul rămas. Se fierbe la foc mic circa o oră. Se adaugă

apoi pasta de ciuperci, sare, piper și se mai fierbe încă o jumătate de oră. Cind zacusca a scăzut și uleiul se ridică la suprafață, este gata, dacă nu, se mai continuă 10-15 minute fierberea. Se sterilizează 90 minute, mai mult decât celelalte zacusci, dacă celelalte zacusci sunt mai persabile. Se pastrează în încăperi răcoroase, întunecoase și aerisite.

### Fasole uscată în ulei

2 kg fasole bobo, 1 kg roșii, 4 cepe mari, 3-4 ardei grași, 2-3 morcovi, 400 ml ulei, 3-4 foi de dafin, boabe de piper, sare

Se aleg boabele de fasole, se spală bine în mai multe ape și se pun la fiert într-o oală. După primul clocot se scurge apa și se înlocuiește cu apă tot fierbinte. Se mai lasă câteva clocote și se înlocuiește din nou apa. Cind fasolea a dat în fierb se adaugă ceapa tocată mărunt, ardei tăiați în fâș și morcov dați prin răzătoarea mare. Se lasă oală să fiarbă la un foc potrivit, peste o laabă mestecându-se o lingură de amn din când în când, ca să nu se prindă de vas. În timpul fierberii, se mai adaugă 4-5 linguri de ulei. Între timp se prepară un suc de roșii și se lasă să fiarbă până ce se mai îngroașă. Într-o cratiță mai mare se pune restul de ulei și cind este incins, se stinge cu sucul de roșii în care se adaugă foile de dafin, boabele de piper și puțină sare. După câteva clocote, se pune fasolea, se amestecă bine și se lasă măcar să fiarbă cu sosul. Cind mancarea a scăzut și uleiul s-a ridicat deasupra, se potriveste de sare și după un clocot două, se dă jos de pe foc.

După ce mîncarea s-a răcit, se toarnă în borcane. Se sterilizează în prima zi 25-30 minute, iar a doua zi 10-15 minute. La fasole se recomandă ca sărurile să nu se pună la început dinoroc, ci după caz boabele se întăresc și fierb mult mai greu.

### Pireu de fasole uscată

1 kg fasole uscată, 2 cepe, 2 ardei grași, 1/2 cașă fină usturoi, 1 pahar ulei, sare.

Se fierbe fasolea procedând ca în rețeta anterioară, adăugînd ceapa curățată, tăiată în două ardei grași curățați de coajă și seminte. Se lasă fasolea să fiarbă în continuare, la un foc potrivit, peste o tablă, amestecînd din cînd în cînd cu o lingură de lemn pentru a nu se aprinde de vas. Dacă apa a scăzut și fasolea nu este fiartă, se mai adaugă apă, însă tot ca, dă și puțin sare. După ce fasolea este bine fiartă, se dă jos de pe foc, se lasă să se răcească și se trece printr-o sită, înlăturînd astfel toate pielețele. Pireul rezultat se amestecă bine cu o lingură de lemn turnînd uleiul puțin câte puțin. Se adaugă apoi usturoiul pisat și trecut prin sită și sare după gust. Cînd pireul este gata, se toarnă în borcane, lasîndu-le goale o distanță de 2 cm din margine. Se notează cu un cuțit suprafața pireului și se toarnă deasupra un strat de ulei de 1-2 cm. Borcanele se închid și se sterilizează după indicațiile date la rețetă „Fasolea uscată în ulei”. Se servește precum la ceașca ta cu feluri subțiri și prăjită în ulei.

### Tocăniță moldovenească

4 vinete, 1 kg ceapă, 3-4 morcovi, 10 ardei grași sau gogoșari, 1/4 varză albă, 1 kg roșii, 1 coșula orez, 150-200 ml ulei, sare, pipot.

Se curăță ceapa și se taie peștersori, morcovii se taie în deluța sau se rade prin răzătoare mare, ardeii se coc, se curăță și se taie în șuvițe, oșile se fierb, se strecoară prin sită, iar sucii obținuți se lasă pe foc ca să mai scada vinetele se curăță cubur mic și se sarează. Se pune uleiul într-un vas, pe foc și se adaugă ceapa și morcovii. Se amestecă cu o lingură de lemn pînă ce se cazele ușor, apoi se adaugă ardeii, varza tocată mărunt și vinetele spulgate și se caze bine ca să se amărească. Se amestecă totu împreună cîndu se ușor, după ce e se adaugă sucul de roșii și orezului se spălat. Se așază vasul la un foc potrivit, timp de un stert de oră amestecînd cu o lingură de compoziția se nu se afumă. Cînd sosul a scăzut se controlează dacă este destul de sărat și se adaugă pipot. Se așază totu la o borcană și se sterilizează 75 de minute în prima zi, iar a doua zi 15-20 minute.

### Ciuperci cu orez

250-300 g ciuperci, 1 ceapă, 3-4 linguri ulei, 1 pahar orez.

Se aleg ciuperci nu prea mari, foarte proaspete albe și tari. Se curăță de pielețe, se scot coditoarele și se taie în bucățele în care se adaugă zeama de amoniac și puțină sare ca să nu se înnegrească și se taie înțelele. Se pune pe foc un vas cu



apă sărată după gust și cu o ceapă curățată spălată și tăiată în două. Când apa clocotește se introduc ciupercile și se lasă pe foc să fiarbă. Într-o cratiță cu apă se adaugă orezul albit și spălat, se amestecă cu o lingură de ulei, câteva minute, apoi se toarnă zeama în care au fiert ciupercile, măsurată să fie de două ori cât orez (două pahare). După câteva clocote, se adaugă ciupercile și se lasă să fiarbă la un foc mic. Când este aproape gata, adăugăm mîncarea scursă și orezul fierbesc se amestecă de sare și de piper și după 2-3 clocote se dă vasul jos de pe foc. Când s-a răcit se toarnă în borcane care se sterilizează mediot și se sterilizează în prima zi 25-30 minute, iar a doua zi 15 minute.

Este bine să reținem că ciupercile rămân albe și aspectuoase dacă înainte de a fi preparate se lasă 10-15 minute în apă cu sare la care s-a adăugat zeama de lămie.

### Minătărci cu orez

300 g minătărci, 150 g orez, 2-3 cepe, 4 linguri ulei, 2-3 cești apă, sare, piper.

Se aleg minătărci proaspete și feruie mari se curată și se scot coajele. Se spală bine și se așază pe o sită curată ca să se scurgă de apă. Se curată ceapa, se taie mărunt și se înabuşă în ulei, pe foc. Când ceapa începe să devină transparentă, se adăugă minătărcile tăiate feluțe se amestecă bine. Se adaugă 1-2 cești apă și se lasă să fiarbă pînă ce minătărcile s-au înmuiat bine. Se alege orezul, se spală și se toarnă

peste minătărci. Se mai adaugă apă și apoi se așază vasul peste o tablă la un foc mic să fiarbă încet. Când mîncarea este aproape gata se potriveste de sare și de piper și după 1-2 clocote se ia vasul de pe foc și se lasă să se răcească. Se pune mîncarea în borcane, procedînd ca la rețeta „Minătărcile în ulei” de la pagina 126.

### Fasole verde pentru garnituri

4 kg fasole verde sau tucără, 5-6 cepe, 1 legătură frunze de țelină, 1 legătură pătrunjel verde, 500 ml ulei, 2 linguri de zahăr, 1 kg roșii.

Se curată fasolea, se rupe în două, se scurge apoi se așază într-un vas cu apă fierbinte să se înăbușă câteva clocote. Ceapa se toacă mărunt și se înabuşă în ulei după care se adaugă fasolea scursă bine de apă. Roșiile se fierb se trec prin sită, iar sucul obținut se toarnă peste fasole și se lasă să fiarbă la un foc potrivit. Când mîncarea a mai scăzut se adaugă frunzele de țelină și de pătrunjel curățate, spălate și tocate mărunt și se potriveste de sare și piper. După două-trei clocote se ia vasul de pe foc se lasă să se răcească și se toarnă în borcane. Se sterilizează zează prima zi 30 minute, iar a doua zi 15 minute.

### Conservarea legumelor în sare

Ca și conservarea produselor alimentare prin uscare, conservarea în sare este o metodă veche cu tradiție adîncă la multe popoare. Se bazează în principiu pe faptul că la o concentrație mare de sare de bu-

cătăne (clorură de natriu) mărorganelor și  
mele dăunătoare nu pot să trăiască și să  
se dezvolt. Pentru a evita ca pe-  
trează în mare măsură componentele va-  
rioase din produse dar trebuie mare aten-  
ție la preparare pentru a se săra în ex-  
ces mîncarea. De regulă, înainte de fo-  
s, produsele se săresc în sare se în-  
în apă rece schimbată din timp în timp  
pentru a se desăra.

## Verdeața conservată în sare

Dintre verdețuri, mărarul, țelina și tarho-  
nu se păstrează foarte bine în sare, con-  
servîndu-și atât aroma, cât și culoarea. Se  
aleg plantele tinere, se desfac trunchiile și  
rămîniile mici de pe tulpini și se spală în  
mai multe ape. Se lasă să se zvînte și se  
toacă marunt cu un cuțit oxidabil. Se pun  
apoi într-o cratiță și se sarează, la 1 kg de  
verdețuri adăugînd 250 g sare. Se amestecă  
bine și se lasă circa 30 minute să se să-  
se. Se pun în borcane mici (de bulion sau de  
iaurt) apăsînd bine cu o lingură de lemn  
pentru ca să nu rămîină goluri cu aer. Se  
acoperă cu o bucatică de tifon pusă în  
două și se apasă cu o scîndurea curată,  
opărită în prealabil. Borcanele se închid cu  
copăce sau cu celofan pus în două și se  
păstrează la rece și la întuneric. Este mai  
bine ca fiecare verdețură să se conserve  
separat. Se pot face însă și amestecuri în  
proporții dorite, ținînd cont că unele au  
o aromă mai puternică și o pot acoperi pe  
o celorlalte.

## Ciuperci conservate în sare

De regulă se conservă în sare ciupercile  
care conțin un suc lăptos și amar nepu-  
tînd fi păstrate prin alte metode. Ciupercile  
sărute se pot obține prin două me-  
tode: la rece și la cald. Ciupercile sărute  
la rece se țin în apă 2-3 zile și 2-3 nopți  
în apă caldă. Se scurg bine și se să-  
se în sare. Se presarează în  
sare și se acoperă cu sare. Se să-  
se cu sare scotînd la 1 kg ciuperci  
40-50 g sare. Pentru ca ciupercile să nu se  
ridice la suprafață se așază deasupra un  
grătar de scîndurele și o greutate. După  
cîteva timp se scurge o parte din zeama pe  
care au căsat și volumul lor scade. În  
acest caz golu rămîși se umple cu alte  
straturi de ciuperci de același fel, care se  
presară de asemenea, cu sare. Cînd săra-  
rea ciupercilor se face la cald, se curăță  
ciupercile, se spală bine și se acoperă cu  
apă sărată (250 g sare la 5 kg ciuperci)  
se adaugă piper și foaie de dafin și se fierb  
30 de minute. Pentru a se păstra ciupercile  
cuiorea se adaugă 3-4 g sare de lămîie.  
Cînd ciupercile sînt fierbe, se scot, se scurg  
de apă și se lasă să se răcească. Se așază  
apo în borcane și se apasă cu o greutate.  
Se păstrează la rece și la întuneric.

## Mazăre boabe conservată în sare

3 kg mazăre boabe, 750 g sare, 300 g zahăr.

Se aleg mazăre tinere și proaspete și se  
curăță boabele fără a le spăla. Se pun  
într-un vas foarte curat, adăugînd sarea  
și zahărul. Se amestecă bine cu o for-  
fură.

bine, apoi, cu ajutorul unei pînă sau al o linguriță, se umplu sticle obișnuite de un l, care au fost spălate, lămpuite și uscate bine. Se închid sticlele cu dopuri de plută fierțe și se parafinează sau se smolează. Sticlele se așază la pastriat într-un loc uscat și aerisit. Înainte de întrebuințare, mazărea se spală bine în mai multe ape reci, apoi se pune într-un vas cu apă încălzită care, după câteva clocote, se aruncă. Se repetă această operație încă o dată sau de două ori, pînă cînd se desăra bine. Din mazărea astfel conservată se pot prepara diferite mîncăruri la fel ca din cea proaspătă.

### Fasole verde conservată în sare I

5 kg fasole, 500 g zahăr, 250 g sare, 1 pachet conservant

Păstăile se aleg, se spală în mai multe ape, se lasă să se zvînte și se pun într-un vas mare amestecate cu sarea și zahărul, unde se țin 24 ore pentru ca să-și lase zeama. A doua zi păstăile se introduc într-un borcan și se toarnă zeama pe care au lăsat-o. Se adaugă apoi un pachet de conservant diluat în puțină apă caldă și se apasă bine pastăile în așa fel încît să le acopere de zeamă. Deasupra se pune o scînduică cu o gîrlă (poate să fie o piatră toartă bine spălată). Se șterge marginea borcanului cu o bucată de vată înmuiată în apă și apoi se leagă cu două rînduri de celofan. Borcanul se așază într-un loc rece, uscat și bine aerisit. Înainte de întrebuințare, se

scotea cantitatea de fasole necesară și după ce s-a spălat bine cu apă rece se opărește pentru a se desăra, procedînd ca la mazăre după care se prepară mîncarea.

### Fasole verde conservată în sare II

5 kg fasole, 500 g sare, conservant.

Se culege fasolea verde tînără sau fasolea grasă, se spală și se lasă să se scurgă foarte bine de apă. Se așază în borcanul bine spălat și uscat, un rînd de fasole, un de sare, urmînd astfel pînă ce se umple borcanul. Deasupra se fixează două scîndurele peste care se pune o piatră bine spălată ca să apese fasolea. A doua zi, cînd a scăzut, se adaugă din nou rînduri de păstăi și sare și se fixează scîndurele cu piatră, astfel încît zeama pe care au lăsat-o să le cuprindă pînă sus. Dacă totuși, zeama nu este suficientă, se mai adaugă apă, care a fost însă fiartă în alcote și răcită. Pe deasupra se pune un vîrf de cuțit de conservant diluat în puțină apă. Se închide borcanul, legîndu-l cu niște pergament sau celofan și se așază la un loc uscat și răcoros. Înainte de întrebuințare se scoate din borcan cantitatea de fasole necesară pentru o mîncare, se spală în câteva ape reci și apoi se opărește pentru a se desăra. Din fasolea conservată prin aceste două metode se prepară diferite mîncăruri, la fel ca din cea proaspătă.



### Fasole verde conservată în sare III

5 kg fasole, 1 kg zahar, 1,2 kg sare.

Se curăță fasolea tânără fără aje și, se așază într-un vas mai mare (un lighean) peste care se toarnă zaharul și sarea. Se amestecă bine cu fasolea și se lasă vasul acoperit de seara pînă dimineața pentru ca fasolea să se lase zeama. Se scante fasolea se împarte în borcane și se toarnă deasupra tot lichidul care s-a scurs din ea. Se prescază bine, observînd ca pasările să fie acoperite de lichid. Pe deasupra se așază două scindurele cruce și o greutate. Cînd este necesar, să se pregătească o mîncare se desface în borcan se scoate fasolea se cufunde în cîteva ape reci. După care se lasă 2-3 ore să stea în apă pentru a se scoate sarea și zahărul. Se prepară mîncarea după gust, dar să se mai adăture sare.

Se poate pune și, într-un singur borcan mare din care se așteaptă este nevoie de fiecare dată punînd scindurele și greutatea deasupra, pentru ca să fie acoperită în permanență cu lichid. Nu se stinge zeamă.

### Fasole verde conservată în sare IV

Se alege fasolea, se spală, se curăță și se pune în apă clocotită sărata, cîteva minute astfel încît să nu se înmoaie prea tare și să rămîină crocantă cînd se rupe. Saramura în care se opărește fasolea trebuie să conțină atîta sare încît un ou proaspăt, nefiert, introdus în ea (cînd este rece) să se ridice la suprafață. Se scoate fa-

solea pe o tavă, se lasă să se răcească și se aranjează într-un borcan, în diferitele de mărime. Deasupra se toarnă saramura răcită peste care se pune un strat de ulei. Se așază apoi două scindurele cu greutate deasupra astfel încît pasările să fie în permanență în contact cu lichidul și să nu se ridice la suprafață. Se eșagă borcanul cu celofan, peste care se pune o cîrpă curată, și se dă la rece. Iarna se scoate cu un paion de atîta cîmpitate cît este necesară pentru o mîncare după care se pun scindurele și greutatea la loc și se leagă borcanul. Pentru a se desăra pasările se țin cîteva ore în apă rece. Se pregătește după dorință.

### Ardei grași conservați în sare

50 ardei grași, 150-200 g sare, conservant.

Se alege ardeiul ca pentru umplutură și sarea se curăță cu semințele se prescază în tigaie sare și se lasă într-un vas pînă a doua zi. Se ia un borcan mai mare în care se așază ardeii unul în altul. Se umple apoi borcanul cu lichidul care l-au lăsat ardeii și deasupra se așază o scindurea cu o greutate pentru ca ardeii să nu se ridice la suprafață. În cazul în care lichidul pe care l-au lăsat ardeii nu-i acoperă, se mai toarnă deasupra apă sărată, fiartă și răcită. Se adaugă apă o linguriță de conservant diluat într-o lingură de apă caldă și se agită borcanul pentru a se omogeniza. Se șterge borcanul bine, se leagă cu hîrtie pergament sau celofan și se pune la păstrat într-un loc răcoros.

### Zarzavat pentru supe și sosuri conservat în sare

2 kg morcovi, 1 1/2 kg roșii, 1 kg ceapă, 1 2 kg păstîrnac, 1/2 kg pătrunjel, 3 rădăcini de țelină mică, 5-6 ardei, 1 conopidă mică, 200 g sare, ulei.

Se curăță zarzavatul, se spală și se lasă să se scurgă bine de apă. Se trece apoi tot zarzavatul prin mașina de tocat carne, bine spălată și opărită și se amestecă cu sarea. Se aleg borcane mici și se umplu lăsând un spațiu gol de 2-3 cm. Se șterg marginile cu puțin alcool și se toarnă deasupra ulei proaspăt de un deget, după care borcanele se închid și se așază la păstrat.

### Zarzavat pentru supe și ciorbe conservat în sare I

5 kg roșii, 15-20 ardei grași, 2-3 legături de pătrunjel, 1 pachet conservant.

Roșiile se spală, se lasă să se zvînte, se taie felii și se așază pe o planșetă înaltă pentru ca să se scurgă. Ardeii se taie în jumete subțiri și se amestecă cu pătrunjelul tocat marunt. Cînd roșiile s-au scurs bine de zeama, se trec prin mașina de tocat carne care a fost bine spălată și opărită sau prin separator. Se așază într-un vas mai mare se adaugă ardeii, pătrunjelul, un pachet de conservant, sare după gust și se amestecă totul bine. Se introduce acest amestec în borcane, se leagă cu hîrtie pergament sau cu celofan și se așază la păstrat într-un loc uscat și bine aerisit.

### Zarzavat pentru supe și ciorbe conservat în sare II

1 2 kg morcovi, 1/2 kg pătrunjel (rădăcină), 1/2 kg păstîrnac (rădăcină), 4 țeline mari, câteva frunze, 1/2 kg ardei capid 1/2 kg gogoșari, 1/4 kg sare, 1 pachet conservant.

Se curăță zarzavatul, se spală și se taie în pătrățere ca pentru salată într-un vas mare. Se amestecă cu sarea, după care se lasă 2-3 ore pînă ce zarzavatul își lasă secul. Se adaugă apoi un pachet de conservant și se amestecă bine. Se scoate zarzavatul care se introduce în borcanele de sticlă, presând cu mîna ca să fie cât mai îndesat. Borcanele se lasă goale pe o distanță de 2 cm din margine. Sucul care s-a scurs din zarzavat se împarte și se toarnă deasupra în borcane. Se șterg borcanele, se acoperă cu două rînduri de celofan, se leagă strîns și se așază în cămară. Cînd se folosește acest zarzavat, se scoate într-o strecurătoare afîit cît este necesar și se trec strecurătoarea sub robinetul de apă rece 5 minute pentru a îndepărta astfel sarea și conservantul. Borcanul cu restul de zarzavat se închide și se păstrează în răcor.

### Zarzavat pentru supe și ciorbe conservat în sare III

2 kg morcovi, 2-3 țeline mari, 5-6 ardei grași.

Se curăță morcovii și țelina după care se rad pe partea mare a răzătoare, se adaugă ardeii tăiați fideluță. Se amestecă totul într-un vas și se sarează după gust. Se așază în borcane mici, se îndesă bine cu o lingură de lemn apoi se toarnă deasupra un

strat subțire de ulei. Se leagă borcanele cu două rânduri de celofan și se pun la păstrat în încăperi reci.

### Conservarea legumelor în oțet

Această metodă mai este cunoscută și sub denumirea de marinare. La această metodă, principalul factor de conservare este reprezentat de oțet. Calitatea conservelor depinde deci în cea mai mare măsură de cea a oțetului. Cel mai indicat este oțetul obținut prin fermentare naturală din vin, de 9°. Acesta se amestecă cu apă, sare și uneori cu zahăr în anumite proporții, indicate la fiecare rețetă în parte, obținându-se așa-numita marinată. Astfel se realizează un mediu neprienic dezvoltării microorganismelor. De regulă se fierbe mai întâi apa cu condimentele și apoi se adaugă oțetul, la sfârșit. Legumele se spală bine, se zintă, se așază în borcane și apoi se toarnă marinata rece sau răcoroasă, după caz. Pentru a împiedica formarea mucoșului, la suprafața borcanelor, deasupra legumelor, se toarnă un strat subțire de ulei rece.

### Roșii conservate în oțet

Se aleg roșii coapte dar tari, se spală, se scurg de apă și se așază în borcane. Între ele se intercalează bucăți de hrean și de țelină. Se presează deasupra cu două scindurele așezate în cruce și se umple borcanele cu o marinată preparată din oțet fierbinte luat (trei părți apă și o parte oțet), în care se adaugă sare după gust, boabe

de piper, ienibahar și foi de dafin. Când lichidul s-a răcit, se toarnă peste roșii și se leagă borcanele cu celofan dublu și se așază la un loc aerisit și răcoros.

### Castraveci și roșii conservați în oțet

Se aleg castraveci mici și proaspeți, la fel și roșii mici, în formă de prun șoare și nu prea coapte. Castravecii și roșiile se spală și se pun într-un vas cu apă rece și puțină sare 3-4 ore, după care se spală, se scurg de apă pe o strecurătoare și se așază în borcane mai mici, de 3-4 litri. Se intercalează între rândurile de castraveci, roșii, rondele de morcovi și câțiva căței de usturoi tărați pe lung. Deasupra se toarnă oțetul pregătit în felul următor: se pune într-un vas 1 litru de apă, 1/4 l oțet de 9°, 50 g zahăr, 30-35 g sare, 2-3 foi de dafin, boabe de piper. Se așază vasul pe foc și când clocotește, se trage la o parte și dacă s-a mai răcit, se toarnă în borcane. Se leagă imediat cu două rânduri de celofan și se așază într-un loc răcoros. Pentru o conservare mai sigură, borcanele se pot steriliza 15 minute.

### Ardei capia conservați în oțet

Se aleg ardei proaspeți și sănătoși, de preferință roșii. Se spală, se lasă să se scurgă și se coc pe o tablă așezată pe aragaz. Această operație se face cu multa grijă întorcându-i pe toate părțile și observând să nu se ardă sau să se usuce prea tare. Se lasă să se răcească și, fără a i se scurge



coaja, se aşază în borcane mai mari. Se pregăteşte oţetul din ulei, la un litru oţet de 9°, 2 litri apă. Se aşază vasul cu oţet pe foc, se adaugă 30 g sare la fiecare litru de lichid (oţet plus apă) şi câteva boabe de piper. Când cocoteste, se dă jos de pe foc şi se lasă să se răcească. Se toarnă în borcane peste ardere, pe care trebuie să se acopere bine pentru a nu rămâne afară, deoarece se usucă şi se schimbă cu oare. Se recomandă să se aşeze deasupra două scindurele în cruciş care opresc arderea să se ridice deasupra. Se şterg borcanele, se închid cu două rânduri de celofan şi se păstrează într-un loc răcoros şi uscat. Când se servesc se curăţă de coajă, se aşază pe un platou şi se stropesc cu sos din borcan.

### Ardere capia conservată în oţet II

Se aleg ardere se spală şi se lasă să se scurgă. Se pregăteşte oţetul ceva mai concentrat, adăugând la un litru oţet de 9°, un litru şi jumătate apă şi câte o lingură rasă de sare pentru fiecare litru de lichid, boabe de piper, foi de dafin şi 4-5 linguri de ulei. Se aşază vasul cu oţetul pe foc şi când cocoteste se introduc arderea şi se apasă cu lingura pentru a se opări egal pe toate părţile. După câteva cocote (5 minute) se scot, se lasă să se răcească şi se aşază în borcane. Deasupra se fixează două scindurele în cruciş care să oprească arderea să se ridice deasupra, apoi se toarnă oţetul rece. Se leagă borcanele cu hirtie pergament sau cu două rânduri de celofan şi se aşază la păstrat.

### Ciuperci conservate în oţet I

Se aleg ciuperci mici şi foarte proaspete. Se scot coditele, se curăţă se treacă cu puţină sare (20 g la un kg ciuperci) şi se spală cu apă rece. Se aşază în oţet şi o lingură de oţet. Cine doreşte poate să înlocuiască oţetul cu un de 9°, adăugând la un litru oţet de 9° un litru apă. Se aşază pe foc. Când oţetul a început să fiarbă se înlocuieşte cu apă. Se scot apoi cu o lingură specială cu găuri, se aşază în borcane mai mici iar deasupra se toarnă oţetul cocotit. Se leagă borcanele cu două rânduri de celofan sau cu întestine de vită şi se aşază într-un loc răcoros şi uscat. După 25-30 minute, gătite, se pot steriliza 25-30 minute.

### Ciuperci conservate în oţet II

Se aleg ciupercile, se curăţă, se spală şi se trec prin puţină zeamă de lămâie ca să rămână albe. Se opăresc apoi în apă cocotă cu sare (20 g sare) unde se ţin 4-5 minute. Se lasă să se scurgă pe o sită apoi se aşază în borcane. Se prepară oţetul adăugând la un litru de oţet de 9° un litru şi jumătate de apă, 25 g sare la fiecare litru de lichid şi se fierbe în cocote. Când s-a mai răcit, se adaugă puţin muştar şi se toarnă peste ciuperci în borcanele alit cât să se acopere bine, adăugând la fiecare borcan un strat de ulei de 1-2 cm. Se închid borcanele cu două rânduri de celofan şi se păstrează într-un loc uscat şi rece.

## Ardei iuți conservați în oțet

Se aleg ardei proaspeți, lungi și subțiri (verzi). Se scurtoază puțin din codițe, se spală și se lasă pe o sită să se scurgă, după care se așază în borcane mici, cu codițele în sus. La un litru oțet de 9° se ia un litru apă și 60 g sare (30 g sare la un litru de apă). Se pune chidul pe foc să dea în câteva clocote, se adă jos de pe mașină se lasă să se răcorescă și se toarnă peste ardei pe care trebuie să-i acopere. Se șterg borcanele, se închid cu două rinduri de ceară și se așază la păstrat într-un loc rece și uscat.

## Tarhon conservat în oțet 1

Se alege tarhonul proaspăt, se spală bine și se așază pe o strecurătoare să se scurgă de apă. Când s-a zvintat se introduce în borcane mici, cum sînt cele de muștar și se îndeasă cu coada unei linguri de lemn. Se toarnă oțetul într-un vas și se adaugă la 1/2 litru de oțet de 9°, un litru de apă și cîte o lingură de sare la fiecare litru de oțet. Chidul se aduce la clocot, apoi se toarnă fierbinte în borcane peste frunzele de tarhon. Pentru ca să nu se spargă, borcanele se așază pe două lame de cutit. Borcanele fierbinți se închid imediat cu hirtie pergament sau colofan. Se lasă pe foc acoperite cu o pătură groasă iar cînd s-au răcit se așază la păstrat.

## Tarhon conservat în oțet II

Se aleg frunzele de tarhon, se spală, se lasă să se scurgă și se așază într-un vas presa ndu e bine cu sare, unde se lasă 24 ore. A doua zi se pun în borcane, de pe ferință mai mici și se îndeasă cu coada unei linguri de lemn pentru ca să încapă cît mai mult țară și lăsa golul între frunze. Deasupra se toarnă oțetul rece, diluat la un litru de oțet de 9° un litru de apă. Se lăsa borcanele cu hirtie pergament sau cu două rinduri de ceară și se pastoază la rece.

Tarhonul conservat în oțet se întrebuintează drept condiment la diferite mîncăruri sau la salate etc.

## Salată de legume conservată în oțet

12-15 gogoșari roși, 12-15 ardei grași, 1 kg morcovi, 2 kg gogonele verzi, 150-200 ml ulei, muștar, sare, piper, foi de dafin, enibahar, zahăr

Se curăță ardeii și gogoșarii înlăturînd coajele și semințele, apoi, împreună cu gogonele și ceapa curățată, se spală și se scurg de apă și se taie în felii subțiri. Morcovii se curăță, se spală și se roș pe răzătoare mare sau se taie fideluță. Se presară ceapă 10-150 g sare pe deasupra și se amestecă totul într-un vas unde se lasă 2 1/2-3 ore.

În acest timp se prepară oțetul, un litru de oțet de vin de 9° se amestecă cu un litru de apă, 100 g zahăr tos, foi de dafin, enibahar, piper și 30 g sare la un litru de apă. Se pune chidul pe foc și cînd clo-

cotește se introduce zarzavatul stors de zeamă și se lasă să fiarbă un stent de ora de la prima cocot. Se toarnă apă pe borcanele care s-au sterilizat în apă fierbinte pentru a se spăla. După ce s-a scurs o mănăstire stăte cîntă din 1-2 litri de apă și 1-2 litri de sare. Se prepară în timp, care se zarzavat. Se pune din nou în apă fierbinte și se fierbe încă 1-2 ore. Se pune în borcane și se închid cu capacele compet, după care se pune la păstrat.

### Salată de ardei grași conservată în oțet

Se aleg ardei grași roșii și verzi și se curăță de totăruș și de seminte, se spală și se lasă să se scurgă. Se prepară oțetul, la un litru oțet de 9° se adaugă 1-2 litri de apă, 30 g sare și 100 g zahăr. Se fierbe în fol de dafin, frunze de țarhon, puțin zahăr și boabe de piper. Se așază vasul cu lichid pe foc și în același timp ardei în fol subțiri. Când oțetul începe să fiarbă se adaugă o parte din ardei și după un sfert de oră se adaugă restul. După ce toți ardeii au răcit se așază în borcane, iar oțetul se fierbe încă o dată câteva cocote. Se pune pe foc și se așază în borcane și se închid cu capacele compet. Se pune la păstrat.

### Salată de sfeclă roșie conservată în oțet

Se alege, de preferință, sfeclă rotundă, care este mai puțin fibroasă, mai zemoasă și fierbe mai ușor decât cea lungă (ungulață), în că, de cu oare roșie închisă. Se spală bine în mai multe ape, după care se pune la fiert cu apă rece, care trebuie să o acopere, sau se coace în cuptorul bine închis. Este de preferat ca sfecla să se coacă în cuptor, deoarece este mult mai gustoasă și își păstrează mai bine sarea, mineralele și vitaminele. Când apa din vas a mai scăzut, se adaugă apă tot fierbinte, pînă ce se acoperă sfecele. După sfecla se coace în cuptor, se întoarce pe toate părțile pentru a se pătrunde bine. Sfecla este bine fiartă sau coaptă cînd înfigînd o furculiță sau un ouă ascuțit, intră ușor. Cînd sfecelele sînt bine fierte sau coapte se curăță de coajă și se țare felii rotunde groase de 3-4 mm. Separat se curăță rădăcinile de hrean și se rad pe răzătoare mică. Se așază apoi în borcane un rînd de sfeclă se presară cu hrean după care se așază din nou sfeclă, apoi hrean și tot așa mai departe pînă ce se umple borcanul. Se prepară oțetul adăugînd la un litru de oțet de 9°, 2 litri de apă, iar la fiecare litru de lichid 25-30 g sare și se așază pe foc. După câteva cocote se adaugă și se așază să se răcească. Se toarnă oțetul rece peste sfeclă, se leagă apoi borcanele cu două rînduri de celofan și se așază la păstrat.



## Salată de varză roșie conservată în oțet

Se alege varza roșie bine îndesată, se curăță se frunzele vesele și deasupra apoi se taie în două și se toarnă în șuvițe foarte subțiri. Se prepară oțetul adăugând la un litru oțet de 9°, 1-2 litru de apă și 30 g de sare la fierbere. Când s-a răcit, apoi se pune la fier și se lasă să ardă câteva clipe. Se așază varza în borcane, îndesând bine pentru a scăpa cât mai multă aer și se îndur se pune în borcane de fier care dau un gust bun salatei și ajută la conservarea acesteia. Deasupra se pune un săculeț cu boabe de muștar și două scindurele în cruce și să se așeze bine varza. Când oțetul clocotește, se toarnă în borcane, care se leagă imediat cu două rânduri de celofan și după ce s-a răcit complet se așază la păstrat.

## Salată de țelină conservată în oțet

Se alege rădăcină de țelină mai mică se curăță se spală și se taie să se scurgă bine de apă.

Se pune un vas cu apă și puțină sare (10%) pe foc și când clocotește se așază rădăcina în jumătate pentru a se fierbe repede. Se lasă să fiarbă 10-15 minute, se încearcă cu o furculiță și dacă pătrunde ușor țelina este gata și se scoate jos de pe foc. Se lasă să se răcească apoi se taie subțire ca fideaua și se așază în borcane. Separat se prepară oțetul adăugând la un litru oțet de 9°, un litru și jumătate de apă și 30 g sare la fie-

care și un dezechet. Când oțetul clocotește se toarnă în borcane peste țelină și se acoperă imediat cu hirtie pergament sau cu celofan. După ce borcanele s-au răcit, se așază la păstrat. Când se servește, se adaugă ulei și o lăcuță, două de muștar amestecat cu puțin ulei.

## Salată ardelenască conservată în oțet

1 kg castravoi, 3 cepe mici, 3-4 gogoșari, 1 ardei iute mic, foi de dafin, piper

Se aleg castravoi tineri și foarte proaspeți și se taie în felii subțiri (necețată de coajă) ceapa se taie peștișor, gogoșarii se curăță de coajă și semințe și se taie felii, ardeii iute se toacă foarte mărunt. Se așază toate legumele într-un vas și se amestecă bine. La un litru oțet de 9° se adaugă 500 ml apă, 30 g sare, 10 de dafin și boabe de piper. Se pune lichidul pe foc și când clocotește se toarnă în vas peste legume. Se acoperă cu un capac și se lasă 10-15 minute ca să se răcească. Se strecoară apoi oțetul, se așază din nou pe foc și când clocotește se opăresc rădăcinile legumelor. După ce rădăcinile s-au răcit se așază în borcane mici și se îndesă bine cu legume, apoi se toarnă oțetul se fierbe din nou (pentru a treia oară) și se toarnă clocotit în borcane. Se închid borcanele cu celofan, se înfășoară în păături și se lasă până ce se răcesc.

## Salată bulgărească conservată în oțet

Această salată se prepară din toate legumele ce se pot consuma crude vară, cum sînt: roș, ardei, castraveți, ceapă, varză, conopidă etc. Legumele se curată, se spală și se taie toate în felii subțiri, de groase. Într-un borcan bine sterilizat și uscat se așază legumele în straturi, iar deasupra se pun frunze de țelină, frunze de vișin și prun, mărar, măcriș, de hrean. Se pune puțină pungiță cu boia de mîștar și se fixează tot conținutul cu oțet. Oțetul de 9° se diluează, adăugînd la fiecare litru de oțet, doi litri de apă și oțite 30 g sare pentru fiecare litru de lichid. Se așază vasul cu lichid pe foc și cînd acesta fierbe în clocote, se toarnă deasupra legumelor. Se acoperă mediat borcanul cu hîrtie pergament sau cu celofan și se leagă strîns. Cînd borcanul s-a răcit, se pune la păstrare. Arma cînd se servește, se adaugă ulei, cartofi fierți, măsline și ouă răscoapte. Se amestecă salata cu uleiul și cu cartofii tăiați cuburi mici și se așază în mijlocul farfuriei, se garnizește cu felii de ouă răscoapte și cu măsline.

## Salată de fasole păstăi conservată în oțet

Fasolea proaspătă și lînă, se curată la capete și de oțite se spală și se lasă să se zvînte. Într-un vas cu apă sărolă (un g sare la un litru apă) se opărește fasolea 10—15 minute, după care se scoate și se

pune într-o strecurătoare să se scurgă bine și apoi se prepară oțetul: la 1 litru de oțet de 9°, 1 1/2 ltru apă și oțite 30 g sare pentru fiecare litru de lichid. Cînd fasolea s-a răcit, se așază în borcane, presărînd între rînduri pătrunjel verde și usturoi tăiat în bucăți mici și păstrînd numai oțetul clocotit. Se leagă borcanele cu hîrtie pergament sau cu celofan și se așază la păstrat.

## Salată de ardei copți conservată în oțet

Se aleg ardei gași proaspeți și nevătăti și se curăță de semințe și de coajă. Se prepară oțetul: la 1 litru de oțet de 9°, un litru apă și se lasă pînă ce se răcesc. Se curată apoi de pielea și se taie în bucăți mici. Se recomandă să se folosească borcanele mici, în care să încapă numai 10—15 ardei atît cît se consumă la o singură masă deoarece sînt mult mai gustoși atunci cînd se deschide borcanul. Într-un vas mai mare se prepară oțetul, adăugînd la un litru oțet de 9°, un litru de apă și o lingură rasă de sare pentru fiecare litru de lichid. Cînd oțetul clocotește se așază pe el ardeii atît cît să-i acopere bine. Borcanele se închid imediat cu hîrtie pergament sau cu două rînduri de celofan. Cînd s-au răcit, se așază la păstrat.

## Crăpări coapte conservate în oțet

Se aleg crăpări mici și se curăță bine. Se prepară oțetul: la 1 litru de oțet de 9°, un litru apă și se lasă pînă ce se răcesc. Se curată apoi de pielea și se taie în bucăți mici. Se recomandă să se folosească borcanele mici, în care să încapă numai 10—15 crăpări atît cît se consumă la o singură masă deoarece sînt mult mai gustoși atunci cînd se deschide borcanul. Într-un vas mai mare se prepară oțetul, adăugînd la un litru oțet de 9°, un litru de apă și o lingură rasă de sare pentru fiecare litru de lichid. Cînd oțetul clocotește se așază pe el crăpările atît cît să-i acopere bine. Borcanele se închid imediat cu hîrtie pergament sau cu două rînduri de celofan. Cînd s-au răcit, se așază la păstrat.

gust. Se toarnă în fiecare cupercă câte puțin ulei, apoi se așază în tavă și se coc la un foc potrivit până ce se moale. Se scurg de suc, pe care se lasă și se așază în borcane. Între ele se presară patruzeci și mar verde tocată marunt și din distanță, în distanță, felioare de țămie, buște de piper și fo de dafin. Se pregătește mărnată din 1/2 litru apă, 1/4 litru oțet și 60 g sare după care se adaugă și zeama lăsată de cupercă la apă, și se așază la fier. Când s-a răcit se toarnă în borcane peste cupercă. Deasupra se pune o bucată de pânză se apasă cu o scindură subțire peste care se toarnă ulei până într-un strat înalt de 1-2 cm. Borcanele se închid cu două rincuri de ceafan și se păstrează la rece.

## Gogoșari I

Gogoșarii se pun la sfârșitul lui septembrie sau începutul lui octombrie, înainte de a cădea bruma deoarece dacă sînt atîrși nu rezistă la conservare și se înmoaie repede. Se aleg gogoșari mari, carnoși și sănătoși, se spală și se lasă să se scurg bine de apă. Într-un borcan de 10 litri se pot pune 50-60 gogoșari potrivit cu mărimea și 3-4 litri de lichid (oțet, apă). Fiecare gogoșar se așteaptă din 3-4 ore până cînd la el cu o scoțitoare mai groasă. Într-un borcan mare, uneori spațiu și uscat se pregătesc 1-2 pachetele cu boabe de muștar după care se așază gogoșarii unul lângă altul. În golurile rămase se introduc felii subțiri de morcov crestate frumos pe margine sau buchetetele de coajă și câteva bucăți de

hrean. Oțetul se prepară adăugînd la un litru oțet de 9, un litru și jumătate apă. La această cantitate de lichid (2 l 1/2 ltr) se adaugă 100 g sare, 100 g zahăr, 100 ml ulei și ceva fo de dafin și boabe de piper. Se așază vasul cu oțet și cu adăugurile pe foc. Borcanul se lățează pe apă cînd este cuțit înainte de a turna oțetul pentru a nu se sparge. Cînd oțetul cîlociește se toarnă peste gogoșari, acoperîndu-le bine atîrborcunul cu o lăcuță. Se lasă până a doua zi și dacă gogoșarii s-au mîmăit, se adaugă alții, nu e însă auz fost opărit o dată cu primul. Deasupra se pun frunze de țetina și două scîndurele. Oțetul trebuie să acopere gogoșarii și chiar să treacă deasupra lor cu două tre degete. Borcanul se închide bine cu hîrtie pergament sau cu două rincuri de celofan și se așază la pastărat într-un loc uscat și bine aerisit.

## Gogoșari II

Se aleg gogoșarii se spală și se șterg cu un șervet foarte curat și se înțepa de câteva ori în jurul codiței. Cînd sînt complet uscați se ung cu o bucată de valon mușal în ulei de ur împreună după care se pun într-un borcan foarte bine spălat și uscat unul lângă altul așa fel încît să nu rămîna goluri pe ea mari între ele, dar fără a fi îndesată (ca să rămîna aerisită). Între gogoșarii se pune, din loc în loc, câte o bucată de hrean iar deasupra se așază o pungă cu boabe de muștar, frunze de vișin și de țetina bine spălate și zărlate și două scîndurele.

La oțet, pregătit dintr-un litru oțet de 9° și 2 litri apă, se adaugă pentru fiecare litru de lichid o lingură de sare, o lingură de miere, o lingură de zahăr, 1-2 foi de dafin și câteva bucăți de piper. Se aşază vasul cu oțet pe foc și se lasă să dea câteva clocote puține, apoi se răcește și se dizolvă în el sare, miere și piper. Se aşază gogoșarii albi, citricele și se acoperă borcanul. În timpul acoperirii se acoperă borcanul cu două rânduri de celofan sau hirtie pergament și se lasă pe loc să se răcească. A doua zi se aşază borcanul în câmară sau pînă.

### Gogoșari III

Se aleg gogoșarii, se spală, se înțepă cu o furculiță a singură dată în dreptul codiței, apoi se lasă să se scurgă de apă pe o sită sau pe o strecurătoare. Se prepara oțetul adăugînd la un litru de 9°, 2 litri apă, 3 linguri sare, 20 g ulei, 200 g zahăr, 2-3 foi de dafin și câteva boabe de piper. Oțetul, astfel pregătit se pune pe foc și cînd clocotește, se introduc gogoșarii pe rînd pentru a avea oc să fie întorși pe toate părțile. După un clocot, două, se scot cu o lingură cu găuri. După ce s-au scuturat, se aşază în borcan. Deasupra se pun bucăți de hrean și câteva bucăți de piper. După ce s-a răcit se acoperă borcanul cu două rânduri de celofan. Se păstrează borcanul într-un loc uscat și bine aerisit.

### Gogoșari ardelenesi

Se aleg gogoșarii, se spală, se lasă să se scurgă de apă și se înțepă cu singura dată cu furculița în dreptul codiței. În timpul se pregătește oțetul adăugînd la 2 litri oțet de 9°, 4 litri de apă, 750 g zahăr, 350 ml ulei, 100 g sare și o lingură de dafin și două boabe de piper. Acestea se fierb și se clocotește pentru 100 gogoșari, potrivii ca mărime. În cazul în care gogoșarii sunt puțini, mărimea și numărul se măresc sau se diminuează, respectînd proporțiile. Se pune oțetul cu toate adăsurile pe foc și cînd clocotește, se introduc gogoșarii pe rînd așîndu-i să dea un singur clocot, după care se scot și se aşază alți. După ce toți gogoșarii au fost opăriți, se lasă să se scurgă și cînd s-au răcorit, se aşază în borcan cu codițele în jos. Printre ei se pun câteva bucăți de hrean. Se clocotește din nou oțetul și se toarnă fierbinte în borcan peste gogoșari. Deasupra se pun frunze de vișin și de țelină și se fixează două scîndurele. Se leagă borcanul cu hirtie pergament sau cu două rînduri de celofan și cînd s-a răcit se aşază la păstrat.

### Gogoșari tăiați în sferturi I

După ce s-au ales gogoșarii, întreg pentru conservare și pentru a păstra gustul sau ovul, aceștia nu se aruncă, ci se pun la conservare tăiați în sferturi. Se scot cotoarele și se îndepărtează părțile cu defecte. Se spală și se taie în sferturi apoi se lasă să se scurgă de apă, la 50-60



gogoșari sînt necesare un litru de oțet de 9° nediluat cu apă, 250 g zahăr, 250 ml ulei, 2 linguri de sare, 2-3 foi de dafin și câteva boabe de piper. Se așază vasul cu oțet pe foc să fiarbă. În borcan mai întîi se presară un pachet cu boabe de muștar și câteva frunze de vișin, peste care se pun frunze de țelină și două scîndurele. Se toarnă apoi oțetul clocotit și se închide imediat borcanul cu două rînduri de celofan.

### Gogoșari tăiați în sferturi II

Se taie gogoșarii în sferturi, se scot semintele și vin șoarecele din interiorul gogoșariilor. În borcanele spălate bine și șterse cu o cârpă foarte curată, se presară la fund un pachetel cu boabe de muștar la fiecare borcan, apoi se așază sferturile cu deschizătura în jos, în așa fel încît pușul unul peste altul să încapă mai mult gogoșari. Marinata se prepară adăugînd la fiecare litru de oțet 1 1/2 l apă. La această cantitate (2 1/2 litri) se adaugă 100 g sare, 100 g ulei, 100 g zahăr, boabe de piper și câteva foi de dafin. Se așază vasul cu oțetul și, adăugîndu-l pe foc, iar borcanul se trece la fierbere, trecînd peste el cu 2-3 cm. Se acoperă borcanul cu un capac și cînd s-a răcit se leagă și se așază în cămară, după explicațiile date la rețeta „Gogoșari I”.

### Ardei umpluți cu varză roșie conservați în oțet

Se aleg ardei grași și sănătoși. Se curată de cotoare și de semințe, se spală bine și se lasă să se scurgă de apă. Se toacă varza mică și se ampușcă în bucăți mici, în locu, cotorul se pune afară subțire de morcov sau de varză. Ardei umpluți se introduc în borcan, deasupra se pun frunze de vișin, de țelină și un săculeț cu boabe de muștar și două scîndurele.

Se pregătește oțetul adăugînd la 9° 2 litri de apă. Se așază vasul cu oțet pe foc și cînd clocotește se toarnă în borcan peste ardei. Se închide imediat borcanul cu hîrtie pergament sau cu două rînduri de celofan, iar cînd s-a răcit se așază la pastrat.

### Castraveți (cornișon) conservați în oțet

Se aleg castraveți mici, sănătoși și foarte proaspeți. Se spală bine cu apă rece și se lasă să se scurgă. În borcan se pun mai întîi frunze de vișin și mărar uscat cu floare de castraveți. Se așază apoi castraveții la fund, deasupra se lasă goluri între ei. Printre rînduri se presară cafea de țelină și două scîndurele de hrean. După ce s-a umplut borcanul se așază deasupra crenguțe de mărar, un săculeț cu boabe de muștar și două scîndurele.

Într-un vas se prepară oțetul adăugînd la fiecare litru de oțet de 9° 2 litri de apă și

la 3 litri lichid 100 g sare, 100 g zahăr, fo-  
de dafin și boabe de piper. Se așază vasul  
cu oțet pe foc și cînd clocotește, se toarnă  
peste castraveți un litru apă. Se închi-  
pășească muștarul castraveților din bor-  
can, deoarece cînd se toarnă apă se  
închide borcanul. Imediat cu hîrtie perga-  
ment sau cu două rînduri de celofan. Se  
așază la păstrat.

### Legume asortate conservate în oțet

Se aleg în cantități egale castraveți mari,  
castraveți foarte mici (dacă sînt mai mari  
se taie în două sau în trei), buchețele de  
conopidă arpagice, morcovi curățați și tă-  
iați rînduri (crestate pe margini) și ardei  
gras (galbeni) tăiați în șuvițe. Legumele se  
spală și se așază să se scurgă și se pun în  
borcane mai mici, cam de 1 1/2-2 litri. Se  
prepară oțetul diluat cu apă, la un litru  
oțet, un litru apă, iar la fiecare litru de  
lichid 30 g sare, o lingură zahăr și câteva  
boabe de piper. Cînd oțetul clocotește se  
toarnă în borcane, care se închid imediat.  
După ce s-au răcit, se așază la păstrat.

### Conopidă marinată

Se alege conopidă, se desface în buche-  
țele și se pune într-un vas cu apă și sare,  
unde se pune 1-2 ori. Se coccă se spală  
bine și se așază să se zvînte. Se opărește  
apa, conopida în apă clocotită, în care se  
ține 5 minute după care se scurge de apă  
și se așază în borcan. Se prepară oțetul  
diluat cu apă, la un litru oțet, un litru apă  
și 30 g sare la fiecare litru de lichid. Se

așază vasul cu oțet pe foc și cînd cloca-  
ște se toarnă în borcan peste conopida.  
Se acopera borcanul cu o farfurie, iar a  
treia zi se scurge tot oțetul, se mai adaugă  
un litru apă și se pune din nou la foc. Cînd  
clocotește, se toarnă în borcan peste co-  
nopida se închiide imediat cu hîrtie perga-  
ment sau cu două rînduri de celofan. Se  
pune la păstrat după ce s-a răcit.

### Conservarea legumelor prin murare

Murarea este cunoscută din timpuri foarte  
vechi. Prin murare se pot conserva  
aproape toate legumele, factorul conser-  
vant cunoscut fiind acidul lactic rezultat în  
urma procesului de fermentație.

Pentru a se obține murături de cea mai  
bună calitate trebuie să se creze condiții care fa-  
voreze formării acidului lactic. În acest scop,  
la prepararea murăturilor trebuie să se aibă  
în vedere următoarele:

• Să se pună la murat numai legume  
sănătoase, neatacate de boală sau dăună-  
tori, foarte proaspete și ajunse la matura-  
tatea de consum.

• Înainte de a fi puse la murat, legumele  
trebuie să se facă bine spălate de pre-  
ferință sub un jet de apă (la robinet), cu-  
rățate și sortate.

• Murarea legumelor să se facă cu aten-  
ție, în funcție de specie și uneori chiar  
de soi, pentru a crea la fiecare fel de  
murătură condiții cele mai prielnice de fer-  
mentație.

• Începînd din a treia zi și pînă în a șasea  
zi, murăturile se vor ține la o temperatură

mai ridicată, 18–23°C, care favorizează dezvoltarea rapidă a bacteriilor lactice. După aceasta, timp de 8–10 zile, se vor păstra la temperaturi mai scăzute, de 10–12°C după care se pun la păstrare.

• Dacă murătur e cu făcut "foare" cu urmare a scăderii acidului lactic, se înlocuiește zeama cu saremură proaspătă.

• Murăturile se păstrează în pivnițe sau camere uscate, bine aerisite, cu o temperatură de 8–10°C.

• Murăturile pot fi preparate cu saremură obișnuită obținută numai din apă și sare, sau cu saremură obținută din oțet sare și apă, în cantități variabile indicate a fiecare legumă în parte. Saremură obișnuită se obține dizolvând sarea în apă caldă, care apoi se strecoară și se așază să se răcească. Se recomandă ca la murături să se folosească sarea grunjoasă.

• Murăturile de regulă, se prepară la sfârșitul lunii septembrie sau începutul lunii octombrie, când temperatura a mai scăzut, iar brumele nu și-au făcut încă apariția. Sînt și legume care se recomandă să fie murate la sfârșitul lunii august sau începutul lunii septembrie, cum sînt castraveții, deoarece în acest timp se face o timă rece tare și pe piață se găsesc castraveți mai sănătoși, verzi și frumoși.

## Varza murată în butoi

Se aleg butoale din lemn de ceras, întinse, foarte rezistente și rețin bine apa. Dacă se folosesc butoale noi, se așază pline cu apă 8–10 zile în ocind zilnic apa ca să dispară orice miros de lemn. Butoalele

care au mai fost folosite se scot din vreme din pivniță, se umplu cu apă și se lasă 2–3 zile pentru a se umple bine de apă. Se spală apoi butoiul cu apă caldă se freacă bine cu o perie, se opărește cu apă clocotită și se acoperă cu capacul clătîndu-l și întorcîndu-l pe toate părțile.

Butoiul se umple cu apă și sare, cu papură și se bate bine cu un cocan, pentru ca să nu se scurgă saremură. Butoiul se umple din nou cu apă, pentru a curăța dacă mai curge pe undeva. În cazul cînd se întîmplă acest lucru, se astupă crăpăturile cu papură, cu ajutorul unui cuțit.

Capacul cu care se acoperă butoiul și scîndurelele ce se așază deasupra, ca să țină varza în saremură se spală cu apă și sodă, se opăresc și se limpezesc bine. În magazinele de specialitate se găsesc butoale confecționate din material plastic, în trei game varietate, coloristic și dimensiuni, în care se pot face murături și varză afe de bune ca în butoalele de lemn. Butoiul se așază în pivniță sau în cameră, peste două capete de lemn sau peste două rînduri de cărămizi ca să poată încăpea ușor vasul în care se scoate saremură (apritocit) sub canea.

Se aleg varze de vară, de vară, care au frunzele rare, verzi și groase nu sînt bune pentru murat. Se întind frunzele exterioare vestede, se scot cotoarele curățîndu-le bine și se umple ocul acestora cu sare. Se pune un strat de

mărar uscat cu floare în fundul butaului și apoi verzele unele lângă altele, bine în dosate, fără goluri între ele. Căci verzele sînt mai mari, se pot așeza între ele și jumătăți de verze. După ce s-a așezat un rând, se presară pe deasupra un pum de sare după cum urmează: dacă e rînd de varză și se procedează tot astfel, în timp rîndu de varză cu sare, pe arata pînă ce se umple butaul. La butaui în care încep să se verze se pun 2-3 kg sare granjoasă. Printre rînduri se sara pe deasupra, se presară cîteva boabe de porumb care ajută ca varza să capete o culoare galbenă frumoasă și fel de hrean pentru ca varza să nu se înmoaie. Se așază deasupra două scîndurele, peste care se fixează o piatră mare, care a fost înainte bine spălată și opărită. Piatra trebuie să fie mare și grea, pentru a împiedica varza să se ridice deasupra. Se lasă astfel butaful acoperit cu capacul 2-3 zile pînă ce varza s-a lăsat zeama și s-a mai așezat după care se mai adaugă cîteva căpățîni, la care, de asemenea, au fost scoase coțoarele și, goarnice au fost umplute cu sare. Pe deasupra se pune din nou mărar uscat cu floare și se fixează scîndurelele. Se umple apoi butaful cu apă și se acoperă cu capacul. După 2-3 zile se pritocește varza scurgînd zeama (prin cernă) într-o oală mare pînă ce se umple oală cu care se adăuga din nou zeama pe care se scurge. Se repetă această operație de cîteva ori pînă ce toată zeama din butaful este scursă. Varza se pritocește din nou în oală zile pînă ce se umple. Se controlează dacă este suficient de sarată și dacă este necesar se mai adaugă sare, după care se pritocește din nou pentru a se amesteca în toată saramura.

## Varză murată la borcan

Varza se poate mura la fel de bine și în butaui de pămînt sau de sticlă. Se curăță varza, se taie în sferturi și se așază în borcane, bine îndesate, așa încît să nu rămîie goluri. Deasupra se pune mărar uscat cu floare, iar printre rînduri bucăți de hrean, apoi se așază două scîndurele ca să nu lase varza să se ridice deasupra. Într-un vas se pune apă cu sare pe foc, 45 g sare la un litru. Borcanul, umplut cu varză se fixează pe masa de bucătărie dacă este acoperită cu o tablă sau pe două lame de cuțit. Cînd apa clocotește, se toarnă peste varză, se scurge imediat borcanul cu două rînduri de țelofan sau cu hîrtie pergament, se înfășoară cu o pătură și cînd s-a răcit, se pune la păstrat într-un loc rece și bine aerisit. Varza murată după această rețetă nu se mai pritocește, deoarece a fost opărită.

## Varza murată desfăcută în frunze

Cînd varza trebuie să fie mai rapidă se face în frunze, dacă era ostiel formătoare mai mare. Se alege varza frumoză și se desface în frunze se spală și se scurge de apă. În cernău bine spălat și curat se așază mai mult mărar uscat cu floare, apoi frunză peste frunză, îndesîndu-se bine una peste alta. Se



presară deasupra câteva boabe de porumb și câteva bucăți de hrean, după care se așază două scinduri cruciș. Se amestecă sarea cu apa (45 g sare la un litru apă) și când sarea s-a dizolvat complet se toarnă în borcan. Se leagă apoi cu două rinduri de cașofan sau cu hîrtie pergament și se lasă 2-3 zile. Dacă la deschiderea borcanului se observă că varza a scăzut, se mai adaugă câteva frunze, apoi se leagă din nou. După 2-3 zile se pritocește varza turnînd apa din borcan într-un vas, apoi îndărăt în borcan. Se repetă această operație de două-trei ori și se leagă borcanul din nou. Se repetă pritoceștea, din două în două zile, pînă la acritrea verzei.

### Varză tocată murată

Se alege varza foarte proaspătă care conține mai multă apă. Se pot folosi și verzele înfiorate care au frunzele rare, înlăturînd frunzele verze de deasupra. Se toacă mărunt varza. Se așază în borcan floare de mărar uscat și câteva bucăți de hrean, apoi varza tocată bine îndesată. Deasupra se pune mărar uscat cu floare și două scinduri. Se prepară o saramură din 45 g sare la un litru apă și când s-a topit bine sarea se toarnă în borcan. Se leagă cu hîrtie pergament sau cu cașofan. După 2-3 zile se controază și dacă varza a măscăzut, se mai adaugă varză tocată și se leagă la loc. A doua sau a treia zi se înțepe pritoceștea care se repetă din două în două zile pînă cînd varza s-a acrit bine. Se închide borcanul și se așază la păstrat.

### Varză murată dietetic

5 kg varză, 20 g drojdie de bere, 2-3 rădăcini de hrean, mărar uscat, cimbru.

Se curăță varza și se toacă mărunt. Se așază umătată din cantitate într-un borcan și se îndesă bine. Se zdrobește drojdia de bere, se pune într-un săculeț de tifon, se introduce în borcan peste varză și se acoperă cu restul de varză. Deasupra se presară bucăți de hrean, mărar uscat și cimbru. Se umple borcanul cu apă fierdă în cocote, răcită la temperatura camerei și se leagă cu două rinduri de cașofan. Se pritocește a 2-3 zile scoțînd toată zeama, de două-trei ori pînă ce se acrește varza. Varza murată prin această metodă nu se deosebește prin nimic de cea pregătită după rețeta clasică, în plus prezintă avantajul că poate fi folosită în alimentația persoanelor care sarea este contraindicată (hipertensiune arterială, boala rinichilor, rețineri de lichide etc.).

### Ardei grași umpluți cu varză

20-25 ardei grași, 2 verze, 3 morcovi, un păstînac, un pătrunjel și o țelină.

Se aleg ardeii, se scot cotoarele, se curăță de semințe, se înătură cei albi, după care se spală și se așază să se scurgă bine. Se curăță și se taie mărunt, sub formă de tăieței, rădăcinile și varza, sau se rad pe răzătoare mare. Se amestecă totul presărînd deasupra sare și se lasă o oră, după care se stoarce zeama. Se umplu ardeii cu acest amestec și se închid cu o fire subțire de

morcovi sau cu o bucată de frunză de varză. Se așază ardeii în borcan unul lângă altul, se pune între ei câte o bucată de hrean din distanță în distanță, iar deasupra frunze de vișin, frunze de țelină, un saculeț cu boabe de muștar (confectionat dintr-o țesătură rară) și două scindurele. Se prepară sărătura adăugând la un litru apă 35-40 g sare și când clocotește se toarnă peste ardeii. Se închide borcanul cu două rinduri de ceafon și se așază pe loc pînă ce se răcește, după care se pune la păstrat. Această murătură se poate prepara și cu oțet: se fierbe în apă, un litru oțet de 9° la 2 litri apă și 30 g sare la un litru lichid.

### Castraveți murați I

Se aleg castraveți mici, de culoare verde închis, foarte proaspeți deoarece cei veșteji se înmoaie la murat.

Se spală bine în apă multă, se taie capetele, apoi se așază pe o paștelă foarte curată, înălată, ca să se scurgă bine de apă. Se sortează castraveții după mărime și se așază în borcane, separat cei mici de cei mari. În borcanele bine spălate și scurse de apă se presară mai întâi câte un pachet de boabe de muștar și mărar uscat cu foarte puțină sare, apoi se așază castraveții unul lângă altul, de preferat în picioare ca să înăpăieze mai mult. Se poate întrebuința și usturoi, cănd da un gust deosebit castraveților. În borcan mare de murături se pun 2-3 capete de usturoi. Deasupra se adaugă frunze de vișin, țelină și mărar uscat cu foarte puțină sare. Se așază apoi două scindurele și se înșează borcanul pe o moșă

dublă cu tablă sau pe două lăme de cuțit ca să nu se spargă. Se prepară o sărătură din 45 g sare la un litru de apă și se așază pe loc. Cînd clocotește se toarnă peste castraveți umplînd gutul borcanului pînă în margine, deoarecînd se răcoște sărătura scade. Se înșează mediat borcanul cu două rînduri de ceafon și se așază pe loc pînă ce se răcoște, după care se așază în camera rece în pivniță sau în căruț cînd pivnița sau camera sînt reci, se recomandă ca borcanele să nu se pună la păstrat în locuri unde sînt prea mult aer, deoarece la rece se face prea încet și totuși sarea pătrunde în castraveți.

### Castraveți murați II

Se aleg castraveți, se spală și se scurg de apă. Între timp se curăță, se spală și se amestecă crenguțe de țarhon, frunze de vișin și de țelină, frunze și rădăcini de hrean, mărar uscat și usturoi. Hreanul se taie în două pentru a și lăsa mai bine aroma. În borcanul foarte bine spălat și uscat se așază mai întîi un strat din amestecul de frunze menționat mai sus și apoi un rând de castraveți, peste care se presară iar frunze. Se repetă această operație pînă ce se umple borcanul. Deasupra, peste frunze, se fixează două scindurele pentru a ține castraveții în locuri. Se prepară o sărătură cu 40 g sare pe litru, fiecare litru de apă și se pune pe loc. Cînd clocotește se toarnă peste castraveți și se acoperă borcanul cu un tifon. După 24 ore se scurge toată sărătura din borcan într-un

vas și se pune din nou pe foc. Între timp, deoarece castraveții s-au mai lăsat, se adaugă alții care însă au fost opăriți o dată cu ceilalți. După ce saramura a dat în cloacă, se toarnă în borcan. Se închide imediat borcanul cu hirtie pergament sau cu două rinduri de celofan. Când s-a răcit, se așază borcanul în câmară sau în pivniță.

### **Castraveți murați pentru consumul imediat**

Se aleg castraveți proaspeți, verzi și nu prea mari. Se taie virfurile și codițele, se spală și se lasă să se scurgă de apă. Se așază în borcanul bine spălat și uscat: un strat de mărar uscat cu floare și câțiva căței de usturoi, apoi castraveții unul lângă altul. În cazul când sînt mai mari, pentru a se acri mai repede, se crestează în două pe lungime. Se prepară o saramură, adăugînd la fiecare litru de apă 35 g sare. După ce s-a dizolvat toată sarea, se toarnă saramura peste castraveți, umplînd borcanul pînă în margine, și se acoperă cu o farfurie. După două zile se pritocesc. Se repetă operația de 3-4 ori, din două în două zile, pînă cînd s-au acrit castraveții. Dacă este necesar ca acritul castraveților să se producă mai repede, se poate așeza borcanul cu castraveți la soare, deoarece căldura favorizează fermentarea.

### **Castraveți murați dietetic**

50 castraveți de mărime potrivită, 2 felii de pîine neagră sau 20 g drojdie de bere, hrean, mărar uscat, cimbru, usturoi.

Se spală castraveții, se scurg bine de apă și se așază într-un borcan pînă la jumătate din înălțimea lui. Printre castraveți se presară bucăți de hrean și căței de usturoi. Se taie două felii de pîine neagră, se înfășoară într-un tifon și se pun peste castraveți, după care se continuă așezarea castraveților pînă se umple borcanul. Deasupra se pun bucăți de hrean, căței de usturoi, crenăuțe de mărar uscat și de cimbru. Se așază pe mașină un vas cu apă și cînd plocotește se dă jos, se lasă să se răcească și se toarnă peste castraveți. Se închide borcanul cu două rinduri de celofan. După 2-3 zile, castraveții se pritocesc, procedînd ca la varza murată dietetic.

### **Conopidă murată**

Se alege conopidă deasă, fără pete și cit mai proaspătă. Se desface în buchețele, se înlătură frunzulițele și cotaarele și se pune într-un vas cu apă și sare, unde se ține 1/2 oră. Se spală apoi bine și se lasă să se scurgă de apă. Se așază conopida într-un borcan, bine spălat și uscat, peste câteva frunze de țelină, boabe de muștar și mărar uscat cu floare. Se aranjează în așa fel buchețelele, unele cu codițele în sus și altele în jos, încît să nu rămînă goluri mari între ele, ca să încapă cit mai multe. Se acoperă cu frunze de țelină, frunze de vișin, mărar uscat cu floare și două scîndurele. Se prepară o saramură cu 45 g sare la un litru de apă și se așază pe foc. Cînd plocotește, se toarnă peste conopidă, umplînd borca-



nul pînă în margine. Se închide imediat cu două rînduri de celofan și se lasă pe loc să se răcorească, după care se pune la păstrat.

### **Conopidă și morcovi murați**

Se iau trei părți conopidă și o parte morcovi. Se curăță conopida și se desface în buchetele, urmărind indicațiile din rețetă anterioară. Se curăță morcovii și se tale în rondelle nu prea groase, care se crestează pe margini formînd dolișori.

În borcanul bine spălat și zvîntat se pune mai întîi un pachet cu boabe de muștar, foi de viță, frunze de țelină și mărar uscat. Conopida, amestecată cu rondellele de morcovi, se așază în borcan, iar deasupra se pun frunze de țelină și floare de mărar, peste care se fixează două scîndurele. Se prepară o saramură, adăugînd la un litru apă 35-40 g sare și cîteva boabe de piper, care se toarnă clocotită în borcan. Se leagă imediat cu hîrtie pergament sau cu celofan și cînd s-a răcit se așază la păstrat.

### **Pepenași murați**

Se recomandă să se folosească numai pepeni din soiuri tîrzii. Se aleg pepeni mici, proaspeți, întregi, cu miezul înroșit. Se spală și se lasă să se scurgă bine de apă. Deoarece coaja pepenelui este foarte groasă, este necesar să se înțepe de cîteva ori cu un bețișor din lemn, bine ascuțit, pentru a-l pătrunde saramura. În borcan se așază mai întîi frunze de țelină și mărar

uscat cu floare, apoi pepenașii unul lîngă altul pînă sus. Cînd sînt goluri prea mari, se adaugă și cîteva gogonele sau felii subțiri de morcovi, ca să se umple bine borcanul. Se curăță și o căpățînă sau două de usturoi și se presară căței prîntre pepenași. Deasupra se pun frunze de țelină și mărar uscat, peste care se fixează două scîndurele. Se prepară o saramură cu 45 g sare pentru fiecare litru de apă, care se toarnă clocotită în borcan peste pepeni, pe care trebui să-l acopere bine. Se închide imediat borcanul cu două rînduri de celofan, se lasă pe loc să se răcorească, după care se așază la păstrat.

În cantități mai mari, pepenii se murează în butoaie.

### **Pătlașele verzi (gogonele) murate**

Se aleg pătlașele verzi, sănătoase și tari. Se înlătură codițele, se spală bine și se lasă să se scurgă de apă. În borcanele bine spălate și uscate, se presară mai întîi un pachet cu boabe de muștar și crenguțe de mărar uscat cu floare. Se așază apoi pătlașele unele lîngă altele, iar în locurile rămase libere se introduc felii subțiri de morcovi și căței de usturoi curățați de coji. Deasupra se pun frunze de vișin, de țelină, mărar ou floare și două scîndurele. Se prepară o saramură cu 45 g sare la 1 litru de apă, care se toarnă clocotită peste pătlașele. Se acoperă imediat borcanul cu hîrtie pergament sau cu două rînduri de celofan și se lasă pe loc pînă se răcește, după care se pune la păstrat.



## Murături asortate I

Se pot prepara atât în borcane de sticlă sau de pământ cît și în butoașe de stejar sau material plastic. Se aleg, în proporțiile dorite, de regulă trei părți gogonele (pătlașele verzi) și o parte restul de legume : castraveți, ardei grași lungi, doi-trei pepenasi mici, morcovi, conopidă etc., proaspete și sănătoase. Se spală bine și se lasă să se scurgă de apă. Morcovii se rad de piețițe și se taie în rondele subțiri care se așază pe margini în colți ascuțiți, imitînd florile, conopida se desface în buchetele, se taie cotoarele și se înlătură frunzulițele, apoi se așază într-un vas cu apă rece și puțină sare, unde se lasă jumătate de oră. În borcanul bine spălat și uscat se pune mai întîi un pachetel cu boabe de muștar, apoi cîteva frunze de vișin și țelină și mărar uscat. Se așază pătlașele verzi, două-trei bucăți de conopidă și pe margini felii de morcovi și ardei lungi. Printre legume se pun căței de usturoi și bucăți de hrean. Se continuă în acest mod pînă se umple borcanul. Deasupra se așază frunze de vișin, de țelină și crenguțe de mărar cu floare, după care se fixează două scîndurele. Separat, se prepară o saramură adăugînd la un litru apă 45 g sare, care se toarnă clocotită peste legume pînă se umple borcanul. Se închide imediat borcanul cu pergament sau celofan pus în două, se lasă pe loc să se răcească, iar a doua zi se așază în pivniță sau cămară.

## Murături asortate II

Se aleg legumele și verdețurile din rețeta anterioară, în plus : cimbru, tarhon, boabe de piper, rădăcinii de pătrunjel ; se spală și se lasă să se scurgă de apă. Într-un borcan bine spălat și uscat se așază mai întîi frunze de țelină și mărar uscat cu floare, apoi legumele amestecate, iar printre acestea frunze de cimbru, tarhon, frunze și rădăcini de hrean tăiate felii, felii de morcovi și de pătrunjel, căței de usturoi și boabe de piper. Deasupra se pune o punguță din pînză rară, cu boabe de muștar și crenguțe de mărar uscat peste care se fixează două scîndurele. Se prepară o saramură adăugînd la fiecare litru de apă 40 g sare, care se toarnă clocotită în borcan. Peste borcan se pune un tifon și se lasă pînă a doua zi, cînd se scurge toată saramura într-un vas și se așază din nou la foc. Între timp, dacă legumele s-au mai lăsat și s-a făcut loc în borcan, se mai adaugă altele, care au fost apărute o dată cu primele. Se așază din nou punguța cu boabe de muștar și mărarul deasupra și se fixează cele două scîndurele. Cînd saramura clocotește, se ia de pe foc și se toarnă peste legume. Se închide imediat borcanul cu hîrtie pergament sau cu două rînduri de celofan, se acoperă cu o pătură groasă și se lasă pînă ce se răcește complet, după care se pune la păstrat. Murăturile astfel pregătite reușesc întotdeauna și se păstrează foarte bine chiar în cămările mai călduroase.

## Varză roșie murată

Se aleg căpățini tari, îndesate bine, însă cu frunzele subțiri și se îndepărtează frunzele de deasupra, care sînt de obicei veștede. Se taie fiecare varză în sferturi. Într-un borcan de sticlă sau de pămînt, bine spălat și zvîntat, se presară mai întîi crenguțe de mărar cu floare și frunze de țelină, după care se așază sferturile de varză îndesate unele în altele pentru a încăpea cît mai multe. Printre ele se introduc bucățele de hrean. Deasupra se așază frunze de vișin și de țelină, crenguțe de mărar cu floare, o punguță cu boabe de muștar și două scindurele. Se prepară o saramură adăugînd la un litru de apă 35 g sare care se toarnă clocotită peste varză roșie atît cît să o acopere bine. Se închide imediat borcanul cu hîrtie pergament sau cu două rînduri de celofan și se lasă pe loc pînă cînd se răcește, după care se așază în cămară. Cînd se servește, se toacă mărunt și se amestecă, după gust, cu ulei.

## Dovlecei murați

Se aleg dovlecei mărunți, proaspeți, tineri cu semințe neformate. Se spală, se curăță de codițe și de floarea din vîrf și se așază în borcane. Între dovlecei se pun frunze de vișin, foi de țelină și bucăți de hrean. Deasupra se așază scindurele subțiri și se acoperă cu saramura fiartă și răcită, pregătită din 5 litri apă, 250 g sare. Saramura trebuie prîtocită zilnic, la început. După cîteva zile, cînd fermentația este gata, borcanele

se așază la un loc rece și uscat. Dovleceii acri sînt foarte gustoși și plăcuți la mincare, căci au miezul plin și fraged și coaja subțire.

## Ciuperci murate

Ciupercile se pot mura ca și zarzavaturile. Pentru ca să decurgă în mod normal fermentația, procentul de sare nu trebuie să fie mai mare de 5%. În concentrație mai mare, sarea nu ajută la fermentare. În cazul unui procent de 10% fermentația întîrzie, iar la 20% încetează. Pentru murat se aleg ciuperci din speciile care au carnea tare. Se curăță ciupercile, se spală bine, se opăresc 5-6 minute în apă clocotită și se așază în borcane. La fiecare rînd se presară sare și zahăr (250 g sare, 75 g zahăr la 5 kg ciuperci). Se umplu borcanele cu apă rece pînă cînd ciupercile sînt acoperite, după care se apasă cu o rețea de scindurele pentru a nu se ridica la suprafață. Fermentația durează 14-15 zile la un loc cald, după care borcanele se păstrează la rece. Ciupercile astfel preparate sînt deosebit de gustoase.